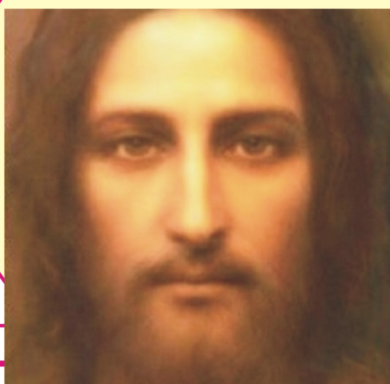
ISUS VORBEŞTE:

Despre întruchiparea Conştiinţei Cristice



Dictări divine prin mediumul Gina Lake

Traducere de Răzvan-Alexandru Petre



SPIRITUS.RO
Bucureşti, 2020

Colecţia CĂRŢILE LUI ISUS

„Jesus Speaking: On Embodying Christ Consciousness"

by Gina Lake

Endless Satsang Foundation, 2018

RadicalHappiness.com

Conţinut

Mediumul Gina Lake s-a înregistrat lecturând mesajele care formează capitolele acestei cărţi, pe care le-am tradus în limba română. Puteţi asculta şi citi simultan subtitrarea pe YouTube cu toate capitolele cărţii "Isus vorbeşte: despre întruchiparea Conştiinţei Cristice", în playlist-ul:

https://www.youtube.com/playlist?list=PLOOJJ4OAZhUvwiw-mBWqZZTiZP0GU5I4h

PREFAŢĂ

În această carte transmisă mediumnic, Isus ne vorbeşte din altă dimensiune pentru a trezi Conştiinţa Cristică din noi. Conştiinţa Cristică se referă la iluminare, adică la realizarea unităţii noastre cu tot ce există şi divinitatea lăuntrică, exemplificată de Isus Cristos. Isus trăia ceea ce ne-a învăţat, iar el ne învăţa dintr-o stare superioară de conştiinţă, una fără ego. Isus a fost un exemplu a ceea ce putem fi cu toţii, un model a ceea ce este posibil fiecărei fiinţe umane.

Mesajul său de acum două mii de ani şi de acum este că şi noi putem fi Cristici – iluminaţi – aşa cum a fost el, iar mulţi alţii sunt o dovadă vie a acestui lucru astăzi. Mulţi se trezesc la adevărata lor natură, iar iluminarea este punctul culminant sau punctul final al acestui proces de trezire. Mesajele din această carte ne arată cum putem deveni mai asemănători cu Cristos şi cum să trăim aşa cum a făcut el.

Această carte tipărită însoţeşte un audiobook. Mesajele transmise de Isus, pe care se bazează această carte, au făcut parte din întâlnirile video săptămânale online, unde eu şi soţul meu oferim ceea ce numim transmisiuni ale Conştiinţei Cristice. Mesajele au fost primite de la Isus înainte de transmisiile energetice pentru a pregăti, învăţa şi inspira pe cei care sunt pe recepţie. Mulţi relatează că simt o energie şi de la aceste mesaje canalizate mediumnic.

Isus ne-a rugat pe soţul meu şi pe mine să oferim aceste transmisii, deoarece acesta este unul dintre modurile prin care Isus şi cei douăzeci şi şapte Maeştri Ascensionaţi care lucrează cu Isus intenţionează să ridice nivelul conştiinţei umanităţii.

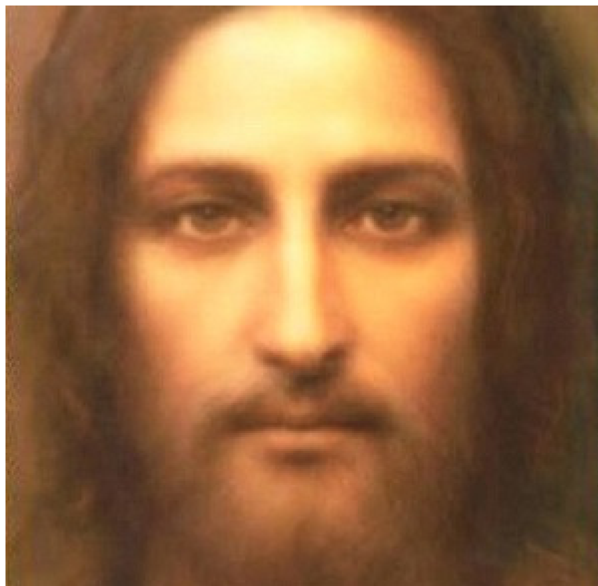
Transmisia durează aproximativ douăzeci de minute şi se face în tăcere, cu excepţia unei muzici care e menită să ajute oamenii să se deschidă şi să o primească. În timpul transmisiei, soţul meu şi cu mine acţionăm doar ca antene pentru Conştiinţa Cristică, care curge spre Pământ pentru a fi primită de toţi cei care sunt dispuşi să se deschidă şi să fie înălţaţi de harul divin. Întrucât nu există, de fapt, nici timp, nici spaţiu, acestea nu sunt o barieră pentru primirea transmisiei, care funcţionează la fel de bine online, ca şi în persoană. Puteţi afla mai multe

despre aceste transmisii pe site-ul meu web la adresa: www.RadicalHappiness.com/transmissions

Transmisia energetică se oferă în mod firesc de către învăţătorul spiritual aspirantului, ca şi de fiinţe din dimensiunile superioare către cei din dimensiunea noastră dispuşi să o primească. Transmisia a fost folosită de-a lungul veacurilor pentru a accelera evoluţia spirituală şi a eleva conştiinţa. În acest proces are loc şi vindecarea emoţională şi uneori fizică, deoarece purificarea blocajelor energetice face parte, în mod necesar şi natural, din elevarea conştiinţei.

Deoarece această carte este creată din transcrieri ale mesajelor recepţionate de la Isus şi citite de mine, vei găsi că limbajul este ceva mai personal şi mai direct orientat către tine, cititorul, decât în alte cărţi ale mele. Această carte este menită să fie şi ascultată, nu doar citită. Audiobook-ul este disponibil pe Audible.com, iTunes.com şi pe site-ul meu, RadicalHappiness.com. Speranţa mea este că atât cartea audio, cât şi această carte tipărită ce o însoţeşte vă vor oferi experienţa de a intra în legătură cu fiinţa înţeleaptă şi iubitoare pe care o cunoaştem ca fiind Isus Cristos, căci el vă vorbeşte ca şi cum aţi fi în prezenţa lui. Atunci când îl canalizez pe Isus, am experienţa unei relaţii de iubire necondiţionată cu o fiinţă înţeleaptă, ceea ce sper să fie şi experienţa voastră când citiţi sau ascultaţi aceste cuvinte. În urma acestor mesaje, puteţi să cunoaşteţi mai bine şi să întruchipaţi mai pe deplin Conştiinţa Cristică.

Gina Lake,
noiembrie 2018



Capitolul 1

CONŞTIINŢA CRISTICĂ

«Salutări! Sunt cel pe care l-aţi cunoscut ca Isus Cristos.

Cel mai important mesaj pe care îl am pentru voi, care a fost şi mesajul meu în urmă cu două mii de ani, deşi nu a fost înţeles atunci, este că eu nu sunt altfel decât voi. Cristosul care sunt eu sunteţi şi voi. Aveţi potenţialul de a fi un Cristos. Eu nu sunt singurul Fiu al lui Dumnezeu. Fiecare dintre voi este un fiu sau o fiică a lui Dumnezeu – egali cu mine. Singura diferenţă dintre noi este că eu mi-am realizat natura mea Divină mai mult decât v-aţi realizat-o voi. Dar aceeaşi natură de Dumnezeu există în amândoi, precum şi în toţi cei care au trăit vreodată.

Când folosesc termenul de „Conştiinţă Cristică” mă refer la potenţialul de a fi un canal pentru Dumnezeu şi o expresie a lui în formă umană. Mă refer la conştiinţa lui Cristos – conştiinţa pe care am avut-o ca Isus Cristos – care este vie în fiecare dintre voi, deşi, la mulţi, este adormită.

Când vorbim despre trezire, vorbim despre trezirea Cristosului din interior – trezirea naturii voastre divine, de natură Cristică –, care nu doarme niciodată, ci doar a rămas în fundal, în timp ce eul fals, sau ego-ul, a fost lăsat să domine. Desigur, cel care a permis acest lucru nu poate

fi decât Sinele divin, care se joacă de-a v-aţi ascunselea cu el însuşi în această viaţă de om.

Cristos nu este un individ anume, ci o stare de conştiinţă: starea iluminată. Un om Cristic, sau „uns”, aşa cum este adesea definit „Cristos”, este o fiinţă umană iluminată. M-au numit Isus Cristos pentru că eram iluminat, dar mulţi alţii au fost şi ei iluminaţi înainte şi după mine, deoarece este destinul fiecărui suflet să devină iluminat.

Nu este nimic special cu starea iluminată. Acest lucru ar putea părea o blasfemie, din moment ce orice persoană spirituală se străduieşte cu disperare să se ilumineze. A spune că Cristos este în interiorul vostru înseamnă a spune cel mai mare şi mai simplu adevăr: starea de conştiinţă iluminată este deja aici în fiecare dintre voi. Pur şi simplu, nu a fost complet actualizată. Această actualizare vine, cu înţelepciune, la vremea potrivită şi nu puteţi controla acest răstimp, deşi aţi putea să vă opuneţi acestei actualizări şi, prin urmare, s-o încetiniţi. Dar sufletul trebuie să fi ajuns la o anumită pregătire înainte ca procesul de trezire să se pună în mişcare, iar voi nu-l controlaţi.

Vestea bună este că, dacă sunteţi conştienţi de fenomenul trezirii şi aveţi dorinţa de trezire, sunt şanse foarte mari ca trezirea să nu fie prea departe. Sământa dorului de a vă trezi, în cele din urmă, va da roade în această viaţă sau în următoarea, iar orice faceţi în sprijinul acestei năzuinţe contează şi vă grăbeşte evoluţia.

Aşadar, vă rog să nu presupuneţi că trezirea ar fi pentru oricine altcineva decât pentru voi, mai ales că ea este mult mai posibilă astăzi decât oricând. Acea presupunere nu vă va folosi. Dimpotrivă, să presupuneţi că vă puteţi trezi, căci, într-adevăr, o veţi face. Şi – important – vă puteţi trezi chiar aici şi acum, doar fiind prezenţi pe deplin aici, în corp şi simţuri, în loc să vă pierdeţi în gânduri. După cum am spus, starea iluminată nu este specială, pentru că este chiar aici.

Iluminarea este experienţa completă a lui aici-şi-acum, fără gândurile sau sentimentele tale despre ea. Când o trăieşti, descoperi cât de obişnuit este să fii doar prezent aici, fără toate gândurile şi ideile pe care mintea ta le creează. Cunoşti această stare, pentru că ai avut-o când erai copil, înainte de a învăţa cuvinte pentru lucruri şi înainte de a-ţi dezvolta conştiinţa-de-sine. O experimentezi, de asemenea, dar pe scurt,

de câteva ori pe zi. Cunoşti deja Conştiinţa Cristică. Se mai numeşte şi Prezenţă.

Dacă îţi imaginezi că Conştiinţa Cristică este ceva extraordinar şi mistic, o vei rata. Nu este o stare care vine şi pleacă, ca o experienţă spirituală sau o stare de conştiinţă modificată. Este starea ta naturală, vibraţia de fond care stă la baza existenţei, de unde izvorăşte dragostea, pacea şi înţelepciunea.

În cele mai bune momente, ştii ce este Conştiinţa Cristică, doar că nu ştii să funcţionezi în lume în acest mod. Dar asta înseamnă să devii o fiinţă umană iluminată: să întruchipezi Conştiinţa Cristică, aşa cum am făcut-o eu, deşi chiar şi eu am făcut-o imperfect, deoarece perfecţiunea nu este posibilă cât timp eşti om.

Eşti menit să întruchipezi Conştiinţa Cristică, aşa cum am făcut-o eu, ceea ce înseamnă să interacţionezi cu lumea prin iubire şi pace. Asta nu înseamnă că nu ai niciodată emoţii umane, dar nu laşi aceste emoţii să te domine sau să-ţi determine acţiunile în lume. Emoţiile pot apărea şi vor apărea uneori, fără îndoială, chiar şi atunci când ai atins sau aproape ai atins iluminarea, dar le vei manifesta mai rar şi, desigur, nu pentru mult timp, după care vei reveni la Conştiinţa Cristică – unde vei sălăşlui în pace şi iubire.

Conştiinţa Cristică este recunoscută prin iubire, pace, compasiune, acceptare, înţelepciune, discernământ, claritate, onestitate, putere, curaj, credinţă, încredere, amabilitate, nediscriminare şi bunătate. Toate acestea sunt semne ale Conştiinţei Cristice, iar absenţa acestor calităţi este semnul că nu eşti în Conştiinţa Cristică, ceea ce nu înseamnă altceva decât că eşti în conştiinţa egotică. Conştiinţa Cristică este accesibilă oricui, chiar dacă doar pentru o secundă sau câteva clipe. Totuşi, persoana aproape-iluminată sau cea iluminată ori Cristică rămâne în această stare mult timp sau chiar în majoritatea timpului.

Conştiinţa Cristică se cultivă comportându-te ca un om Cristic, ceea ce ai putea să faci. Oricine poate alege să fie iubitor şi bun, în loc să fie răuvoitor sau indiferent faţă de ceilalţi. Cu cât alegi să te porţi mai mult ca un om Cristic, cu atât starea de Conştiinţă Cristică se deschide către tine şi devine starea din care te manifeşti. A te *comporta* ca o fiinţă umană Cristică este puntea către a *deveni* o fiinţă umană Cristică.

Tradiţiile religioase le-au fost oamenilor de folos când i-au încurajat să se comporte în asemenea mod.

Dacă crezi că poţi deveni iluminat fără ca, mai întâi, să te comporţi într-un mod iluminat, ai înţeles greşit ce este iluminarea. Cineva poate avea o *experienţă* de iluminare, dar asta nu o face iluminată. A cunoaşte Unimea într-o experienţă este ceva; dar a *întruchipa* acea realizare şi a nu mai avea karmă este cu totul altceva, este iluminarea. Dacă comportamentul nu reflectă acea realizare, atunci acea persoană nu este iluminată, indiferent cât de iluminată poate să se simtă sau să creadă ea că este. Nu eşti în ultima ta viaţă pământească – nu eşti pe deplin iluminat – până când nu întruchipezi această realizare, ceea ce poate dura mai multe vieţi.

Te rog să nu te laşi descurajat de această referire la multe vieţi. Asta ar face ego-ul şi nu trebuie să îi cazi pradă. Trezirea, care se poate întâmpla în această viaţă, este cea mai monumentală experienţă din călătoria sufletului. Ce urmează apoi este numai bucurie şi se simte ca un dar – totul este Graţie. Trezirea este sfârşitul suferinţei, aşa că de ce te grăbeşti să părăseşti Pământul?! După trezire, savurezi viaţa şi adori să slujeşti vieţii, neîncetând, totodată, să fii rafinat spiritual.

Deşi nu poţi face nimic pentru a provoca trezirea, poţi fi treaz în acest moment sau în orice alt moment, dacă alegi să te aliniezi calităţilor naturii tale divine, naturii tale Cristice. Când eşti foarte atent la gândurile din capul tău, vezi că ele nu au calităţile naturii tale divine. Aceste gânduri sunt impulsionate de frică, de un sentiment de lipsă şi de nevoia de a fi superior celorlalţi, nu de iubire şi pace. Starea ta naturală este alcătuită din iubire şi pace, care sunt disponibile foarte simplu – dând drumul la gânduri să plece, în special fricilor, grijilor şi judecăţilor, şi doar fiinţând aici în acest moment, complet debarasat de conştiinţa-de-sine.

În acest moment simplu, ceea ce este, este tot ce există, şi nimeni nu experimentează ceea ce este – ci există doar experimentarea simplă a momentului, fără vreo referire la un sine, fără referire la un sentiment de „eu” şi la modul în care „eu” simte momentul. Atunci când se pierde simţul de „eu”, ceea ce se pierde este activitatea de evaluare a vieţii.

Când sugerez să exişti, pur şi simplu, în acest moment, mă refer la a fi aici fără evaluările şi dorinţele tale ca acest moment să fie altfel decât

aşa cum este. „Eu” este întotdeauna nemulţumit, străduindu-se mereu ca lucrurile să fie altfel, fugind mereu din momentul prezent în trecut şi viitor. Când încetezi să faci asta şi doar experientezi momentul prezent, accezi la Conştiinţa Cristică, unde nu există altceva decât dragoste şi pace.

Un alt mod de a înţelege Conştiinţa Cristică este ca fiind bunătatea ta inerentă.

Motivul pentru care sunt atât de profund iubit de atât de mulţi oameni este că eu reprezint iubirea, pe care oamenii o onorează şi o râvnesc. De ce o venerează şi tânjesc ei la dragoste? Pentru că este înnăscut în ei să preţuiască şi să năzuiască la dragoste. Dragostea este mecanismul vostru de ghidare.

Problema cu venerarea iubirii din mine este că vă face să treceţi cu vederea iubirea din voi. Această iubire – această bunătate – pe care o vedeţi în mine este aceeaşi bunătate care este în fiecare dintre voi. Observaţi bunătatea din voi – căutaţi-o. Observaţi cât de buni sunteţi sau cât de buni doriţi să fiţi, iubiţi această bunătate şi exprimaţi-o în lume cât mai mult şi mai bine, şi veţi deveni o lumină în lume. Acesta este destinul vostru, de a deveni o lumină. Vă rugăm să ne solicitaţi pentru a vă ajuta să recunoaşteţi şi să vă aliniaţi cu bunătatea voastră înnăscută, şi aşa va fi.

Vă mulţumesc că aţi fost aici. Sunt mereu cu voi.»

Capitolul 2

COMPORTĂ-TE CA ŞI CUM AI FI ILUMINAT

«Aş dori să spun astăzi ceva despre recomandarea pe care v-am făcut-o în ultimul mesaj, anume cum să vă cultivaţi Conştiinţa Cristică comportându-vă ca şi cum aţi fi iluminaţi. Acest sfat poate că vă surprinde, de vreme ce s-ar părea că vă sugerez să fiţi neautentici şi să pretindeţi că vă simţiţi altfel decât în realitate.

Oricum, ce este autenticitatea? Este autentic să strigi şi să te plângi când nu-ţi place ceva? Sau este autentic să te abţii de la asemenea expresii? Nu sugerez să te prefaci că te simţi altfel decât te simţi, de exemplu, să faci pe fericitul atunci când te simţi nefericit, deşi n-ar fi chiar un sfat rău. Ci sugerez să-ţi dai seama că emoţiile „tale” sunt ale sinelui tău egotic, nu ale Sinelui tău autentic.

Simţămintele tale nu reprezintă Sinele tău autentic, ci sinele egotic, sinele fals, latura primitivă a umanităţii. Atâta vorbe goale se spun despre cum să-ţi „respecţi” emoţiile, dar ce respecţi când faci asta? Emoţiile provin din partea ta primitivă. Ca atare, ele trebuie acceptate ca parte a umanităţii tale, dar nu trebuie să fie preţuite. Emoţiile tale nu merită niciun respect.

Aceasta este o neînţelegere din partea multora, inclusiv a psihoterapeuţilor, care cred că le fac un favor clienţilor când îi învaţă să-şi onoreze emoţiile, în acelaşi timp, ignorând latura lor puternică, curajoasă, răbdătoare, raţională – adevăratul lor Sine – care chiar merită să fie preţuit. Să încurajăm oamenii să-şi găsească puterea, curajul, onestitatea, bunătatea, răbdarea şi raţionalitatea, dar să nu-i încurajăm să-şi exprime emoţiile.

Exprimarea întăreşte emoţiile, ca şi poveştile care susţin aceste emoţii, şi îi menţine pe oameni identificaţi cu sinele fals. Exprimarea şi manifestarea emoţiilor îi ţine pe oameni blocaţi în trecut şi separaţi de ceea ce este cu adevărat onorabil în ei înşişi.

Singurul mod „onorabil” de a vă raporta la emoţiile voastre este să le vedeţi drept ceea ce sunt şi să le trataţi în consecinţă. Emoţiile trebuie tratate în acelaşi mod cum ai face cu un copil scăpat de sub control. Precum un astfel de copil, emoţiile au nevoie să fie recunoscute, acceptate şi să nu te laşi în voia lor. Emoţiile trebuie să fie luate în considerare, înţelese, nu condamnate sau respinse, dar nici manifestate. Cel mai bine este să tratezi această latură umană primitivă nedându-i atenţie sau nefăcând ceea ce emoţiile îţi propun să faci. Părintele înţelept îi oferă copilului neascultător îmbrăţişarea şi înţelegerea necesare, dar nu-i îngăduie comportamentul urât, ca să nu i-l întărească.

Este foarte important! Se pare că alţii n-au vorbit despre acest lucru suficient de mult ca să-l clarifice. Emoţiile tale răsar din ego. Ele nu-ţi sunt utile. Nu-ţi folosesc în relaţii. Nu servesc umanităţii. Emoţiile

trebuie recunoscute, înţelese, acceptate şi stăpânite, astfel încât să nu îţi conducă comportamentul sau vorbele.

Nu înseamnă că eşti autentic dacă îţi exprimi emoţiile şi le manifeşti; ci atunci te laşi purtat şi te identifici cu instinctele cele mai primitive. Deci, ce înseamnă să fii autentic? Ar putea fi o acţiune sau cuvinte iluminate, adică să fii amabil, tolerant, echilibrat şi în armonie cu viaţa. Ai putea fi, de asemenea, ferm, perseverent, puternic sau curajos. Sau ai putea spune: „Fac tot posibilul să-mi stăpânesc furia pe care o simt, dar mă cam lupt cu ea”. Aceasta înseamnă să fii sincer despre starea ta şi o astfel de comunicare autentică despre emoţiile tale face pe toată lumea să se simtă degajată, nu în conflict.

Acesta ar fi testul dacă comunicările tale provin din sinele tău autentic sau din ego: Te fac să te simţi relaxat şi pe ceilalţi la fel? Dacă nu, probabil că provin din ego, sinele neadevărat, fals. Iată un ghid bun şi simplu pentru vorbele şi faptele tale: Cum te simţi după ce ai spus sau făcut ceva? Răspunsul nu este un sentiment în sensul convenţional – o emoţie – ci o senzaţie energetică: Este ea deschisă şi relaxată sau, dimpotrivă, contractată şi tensionată?

Verifică-ţi corpul şi îţi va spune dacă eşti aliniat cu sinele tău autentic sau cu ego-ul. În fiecare moment, corpul tău o semnalează. Învaţă să observi cum se simte corpul tău când interacţionezi cu ceilalţi, când te mişti de colo-colo şi când gândeşti anumite gânduri. Acesta este sistemul tău de ghidare înnăscut, care îţi permite să ştii dacă eşti aliniat Conştiinţei Cristice sau nu. Lasă această senzaţie de contracţie sau relaxare, nu emoţiile, să-ţi ghideze faptele şi vorbele.

Recomandarea de a te comporta ca şi cum ai fi iluminat pentru a-ţi cultiva Conştiinţa Cristică este foarte practică. După cum gândurile au efect asupra corpului, când corpul se comportă într-un anumit fel, el afectează starea mentală. Dacă îţi modifici sau îţi ignori gândurile, comportamentul ţi se va schimba; şi dacă îţi schimbi comportamentul, starea ta mentală se va schimba ca atare. De fapt, dacă încerci doar să-ţi schimbi gândurile fără să-ţi modifici şi comportamentul, nu prea vei avea succes. Corpul trebuie să acţioneze corespunzător oricăror gânduri noi, pozitive, altfel, aceste gânduri nu vor avea prea mult impact.

Un exemplu excelent este zâmbetul. Când nu te simţi fericit, deşi încerci să te gândeşti la lucruri frumoase, este posibil să te simţi la fel de

nefericit. Dar dacă însoţeşti aceste gânduri de un zâmbet, câteva respiraţii adânci, un pas mai vioi şi un salut prietenos, este mult mai probabil că starea ta se va schimba. De fapt, s-a demonstrat că zâmbetul singur modifică starea creierului, la fel ca respiraţia profundă. Când alegi să te comporţi în anumite moduri, îţi uşurezi mult crearea şi menţinerea unei stări sufleteşti pozitive. Acesta este unul dintre beneficiile pentru care merită să te comporţi ca şi cum ai fi iluminat.

Dar această recomandare este mai puternică decât atât. Când te comporţi ca şi cum ai fi iluminat şi, ca urmare, devii mai pozitiv, încetezi să mai fii la mila ego-ului. Când te comporţi de parcă ai fi iluminat, te simţi bine – bine cu tine şi în general. Când eşti bun, te simţi bine! Orice te face să te simţi bine este foarte important pentru bunăstarea fiinţei tale.

Starea egotică s-ar putea rezuma ca fiind o stare în care nu te simţi bine în pielea ta şi în care cauţi căi, de obicei ineficiente, pentru a te simţi mai bine. Încercarea de a te simţi bine cu tine însuţi devine o forţă motrice, modelându-ţi viaţa şi interacţiunile cu ceilalţi. Aceasta este viaţa ego-ului. A trăi într-un mod atât de centrat pe sine este extrem de nesatisfăcător şi agravează problema că nu te simţi bine. Nu te vei simţi niciodată bine pe o perioadă îndelungată dacă eşti concentrat pe tine însuţi.

Pe de altă parte, când te comporţi ca şi cum ai fi iluminat, te simţi bine în pielea ta şi nu mai eşti prins în această capcană. Eşti liber să faci în continuare lucrurile care te fac să te simţi bine, nu doar cu tine însuţi, ci bine în general.

A te comporta ca şi cum ai fi iluminat – a fi bun – te face să te simţi bine, şi aceasta este puterea din spatele acestui comportament ca şi când ai fi iluminat. „Simularea” are ca rezultat „realizarea”. „Simularea” este modul în care treci de la o stare de conştiinţă la alta. Acesta este unul dintre secretele transformării spirituale.

Comportamentele care trebuie imitate sunt cele manifestate în mod natural de o persoană iluminată: acceptare, bunătate, blândeţe, răbdare, atenţie, compasiune, recunoştinţă, a iubi totul aşa cum este, a te bucura că eşti viu şi a face cu bucurie ceea ce trebuie făcut.

Ca să fie clar, nu sugerez să te prefaci că eşti iluminat atunci când eşti prins de ego. Vorbesc despre schimbarea comportamentului, nu să-ţi

imaginezi că ai fi iluminat sau să joci rolul „iluminatului”. Nu te preface că eşti bun – fă binele.

Găseşte modalităţi de a-ţi exprima bunătatea în lume. Fii fericit, fii iubitor şi exprimă acea fericire şi iubire. Fă ceea ce favorizează pacea şi dragostea din tine şi din ceilalţi. Asta înseamnă să te comporţi ca şi cum ai fi iluminat. Sau acţionează aşa cum îţi imaginezi că aş acţiona eu. Ştiţi cu toţii în Inima voastră cum este comportamentul iluminat. Este cel mai plin de dragoste comportament care se poate manifesta în orice moment.

Ego-ul va folosi recomandarea mea de a te comporta ca şi cum ai fi iluminat, prefăcându-se a fi superior celorlalţi, ceea ce, de fapt, nu te face să te simţi bine, deşi ego-ului îi place. Dar dacă verifici senzaţia din corp, pretenţia că eşti mai iluminat decât altcineva îţi generează contracţie şi tensiune, pentru că la asta duce judecata comparativă.

Ori de câte ori te separi de ceilalţi în acest fel, suferi, pentru că nu eşti menit să te răneşti pe tine şi pe ceilalţi. Suferinţa este o modalitate a lui Dumnezeu de a-ţi spune că nu gândeşti şi nu te comporţi just – că greşeşti. Acesta este sensul cuvântului „păcat”. Înseamnă că ai luat-o pe alături.

Pretenţia că eşti iluminat, ceea ce este doar o fantezie, nu te duce la iluminare, aşa că trebuie să ai grijă cu această recomandare de a te comporta ca şi cum ai fi iluminat. Dacă ceea ce gândeşti sau modul cum te comporţi nu te face să te simţi bine, deschis, amabil şi relaxat, atunci examinează-ţi gândurile şi alege să te comporţi diferit.

Vă mulţumesc că aţi fost aici. Vă mulţumesc că aţi fost deschişi la această învăţătură. Sunt mereu cu voi.»

Capitolul 3

CONŞTIINŢA VINDECĂ

«Astăzi voi vorbi puţin despre vindecare, deoarece vindecarea se desfăşoară indiferent dacă eşti conştient sau nu de ea, deci este foarte importantă în creşterea spirituală. Vindecarea face parte din viaţă. Te

vindeci continuu. Evoluezi continuu. De asemenea, cel puţin potenţial, eşti rănit sau îţi întăreşti condiţionările negative continuu. Totuşi, vindecarea nu lipseşte de pe calea spirituală şi din viaţa oricui. Ceea ce este special pe calea spirituală este că, deseori, vindecarea poate fi accelerată, deoarece eşti mai conştient de ce anume trebuie vindecat şi de procesul de vindecare care se produce în mod natural în tine.

Viaţa este bună. Viaţa este plină de compasiune. Bunătatea susţine viaţa şi această bunătate vrea ce este mai bun pentru tine, aşa că îţi aduce tot ce ai nevoie, inclusiv vindecarea, în situaţiile indiscutabil dificile ale acestei vieţi de om. Spunând că bunătatea susţine viaţa, nu neg în niciun caz că viaţa este grea. Subliniez doar faptul că viaţa este, de asemenea, profund protectoare, înţeleaptă şi ştie exact ce aveţi nevoie pentru a vă vindeca şi a evolua în condiţia dificilă de fiinţe umane.

Viaţa este proiectată să fie provocatoare, dar aceste dificultăţi sunt concepute pentru a vă face să evoluaţi. Aceasta înseamnă că vi se oferă întotdeauna şi resursele de care aveţi nevoie – atât interioare, cât şi exterioare – pentru a depăşi dificultăţile cu care vă confruntaţi. Însă – şi aici este un avertisment – trebuie să utilizaţi resursele care vi se oferă, căci altfel, evoluţia va fi mai lentă decât ar trebui.

Astăzi, vreau să vorbesc cu voi despre cea mai valoroasă resursă a voastră: conştiinţa. Poate că nu pare cine ştie ce sau pare prea obişnuită şi simplă ca să fie importantă, dar vă asigur că este cheia evoluţiei. Progresul spiritual este, de fapt, determinat şi definit de câtă conştiinţă ai. Deşi toţi deţineţi o măsură egală din ea, nu toată lumea o foloseşte la fel de mult. Pe măsură ce progresaţi pe calea spirituală, capacitatea de a fi conştienţi creşte şi, prin urmare, capacitatea de a vă vindeca condiţionările. Acest lucru, la rândul său, vă accelerează în continuare evoluţia.

Am putea spune că a fi ancorat în starea egotică de conştiinţă înseamnă o lipsă de conştientizare. Eşti conştient numai de o mică felie de viaţă – în primul rând, de tărâmurile mentale, emoţionale şi senzoriale. Gândeşti, ai emoţii şi senzaţii. Ai putea întreba: „Mai există şi altceva?”, dar, de fapt, lucrul cel mai important – cel mai real – în viaţă se află dincolo de gândire, emoţie şi simţire. Ceea ce este cel mai real este însăşi Conştiinţa şi ce experimentează ea pe nivelurile extrasenzoriale.

Eul fals este conştient numai de gânduri, sentimente şi senzaţii – doar acestea sunt reale pentru el. Asta e lumea lui. Dar viaţa – realitatea – include şi ceea ce este dincolo de acestea, ceea ce le experimentează pe acestea şi animează viaţa. Ceea ce animă, experimentează şi acţionează în viaţă este, din lipsa unui termen mai bun, forţa vieţii manifestată ca omul care eşti. Această forţă a vieţii este cea care experimentează viaţa şi este conştientă de viaţă.

Această forţă a vieţii este adesea numită Conştiinţă, ca şi cum ar fi o entitate sau un lucru, dar este mai mult un verb: trăirea vieţii. Ceea ce acţionează prin tine şi orice alt lucru viu este această trăire conştientă fără margini, atotcuprinzătoare, mereu prezentă. Această Conştiinţă care eşti este aceeaşi Conştiinţă din orice – experimentând totul din puncte de vedere diferite, dar nedivizată de limitele corpului biologic sau de altceva.

Trezirea şi iluminarea înseamnă realizarea faptului că tu eşti aceea ce conştientizează şi experimentează viaţa „ta". În măsura în care realizezi acest lucru, te eliberezi de suferinţă. Ceea ce te face să suferi sunt minciunile pe care vocea din capul tău le emite, pe care le crezi automat. Vocea din capul tău îţi spune minciuni sau jumătăţi de adevăr, care sunt cam inutile, dar par adevărate. Atâta timp cât vei crede în jumătăţile de adevăr ale minţii egotice, vei suferi. Cu adevărat, n-ai cum să scapi de asta. N-ai cum să ai în acelaşi timp şi gândurile bazate pe "eu", şi eliberarea de suferinţă. Gândurile personale, inclusiv credinţele, opiniile şi emoţiile care provin din ele, sunt sursa suferinţei tale.

Pentru a progresa pe calea spirituală, aceste gânduri, credinţe, opinii, dorinţe egotice, temeri, îndoieli şi fantezii, care aparţin ego-ului – toate trebuie abandonate. Dacă încă nu eşti dispus să le abandonezi, este în regulă, dar a venit timpul să vă spun adevărul, astfel încât aceia dintre voi care sunt gata să progreseze să ştie care este preţul libertăţii. Nu este altul decât să renunţi la gândurile despre "tine": toate credinţele şi ideile care creează falsul eu.

Cum să faci acest lucru? ai putea întreba. Nu este suficient să spui: „Bine, sunt gata să-mi abandonez gândurile. Ia-le de la mine." Trebuie să decizi asta în mod conştient. Trebuie să le abandonezi. O faci îndepărtându-te de ele şi alegând, în schimb, să fii conştient de gândurile tale. Faci această simplă schimbare de la a te implica în gânduri la doar a le observa şi apoi a nu le mai atinge. În loc să te pierzi în gânduri, îţi

acorzi atenţia – conştienţa – oricărui lucru pe care îl experimentezi aici-şi-acum.

În mod inerent, gândurile nu sunt aici-şi-acum. Ele sunt despre trecut, despre viitor şi despre prezent. Gândurile te ţin la distanţă de experienţa în aici-şi-acum. Pun o barieră în faţa realităţii, colorând-o şi distorsionându-ţi experienţa realităţii.

Dacă îţi conştientizezi gândurile şi emoţiile, te detaşezi de ele şi revii în contact cu realitatea, deoarece Conştiinţa este realitatea. Când te uneşti cu Conştiinţa, te uneşti cu realitatea. În orice moment, este real doar ceea ce nu vine şi nu pleacă, aşa cum spunea marele înţelept Ramana Maharshi. Singurul lucru care nu vine şi nu pleacă este Conştiinţa. Când vei realiza asta, te vei elibera de suferinţă.

Conştiinţa este, de asemenea, ceea ce vindecă toate credinţele greşite, jumătăţile de adevăr şi emoţiile negative inerente condiţiei umane. Când le conştientizezi, ele îşi pierd puterea de a te păcăli, de a te atrage în falsa lor realitate. Doar Conştiinţa vindecă, deoarece este singurul lucru aflat dincolo de falsa realitate. Cum ar putea ceva din falsa realitate să o vindece?! Doar ceva aflat dincolo de ea poate. Ori de câte ori apare vindecarea, este implicată conştientizarea.

Când spun „conştientizare”, nu mă refer la intuiţie sau înţelegere, deşi acestea pot apărea în spaţiul Conştiinţei când ceva străluceşte în lumina Conştiinţei. Conştientizarea despre care vorbesc conţine intuiţie, înţelepciune şi înţelegere, dar mai conţine şi iubire, acceptare şi compasiune, care sunt, mai presus de orice, ingredientele vindecării.

Conştiinţa vindecă, deoarece Conştiinţa este dragoste. Dragostea vindecă. Iar motivul pentru care vindecă este acela că vine din Dumnezeu, din adevărata ta natură. Nu eşti menit să suferi, iar atunci când te aliniezi cu natura ta divină, nu suferi. Dragostea şi suferinţa nu pot coexista. Suferi pentru că blamezi, judeci, simţi vinovăţie, îndoială, frică, dorinţă şi trăieşti tot felul de emoţii umane. În starea de iubire, niciuna dintre acestea nu există.

Poţi avea emoţii negative, nostalgii după trecut, fantezii despre viitor, ranchiuni şi resentimente, sau poţi avea iubire şi acceptare, dar nu le poţi avea pe amândouă. Acestea sunt două stări de conştiinţă distincte. De îndată ce intri în starea de dragoste, toate negativităţile şi suferinţele sunt vindecate pe loc, cât timp rămâi în aliniere cu iubirea. Vindecarea

înseamnă o mutare de la o stare la alta: de la starea egotică la adevărata ta natură.

Deci, cum să treci de la o stare la alta, de la nemulţumire, frică, ură şi respingerea vieţii la iubire şi acceptare? Pur şi simplu, îţi muţi atenţia de la gânduri şi emoţii la aici-şi-acum. Mutarea atenţiei asupra experienţei reale de aici-şi-acum, care este în primul rând o experienţă senzorială, te va scoate din mintea egotică şi are potenţialul să te introducă în Prezenţă sau Conştiinţă, dacă rămâi atent la corp şi simţuri suficient de mult timp.

Această ultimă parte este cheia. Oamenii spun că e dificil să rămână în momentul prezent, deoarece vocea din capul lor îi atrage în lumea gândurilor şi a emoţiilor, în lumea sinelui fals. Şi totuşi, este nevoie doar de o deplasare a atenţiei. Numai că această schimbare a atenţiei trebuie să se stabilizeze în aici-şi-acum. Deşi menţinerea atenţiei în aici-şi-acum nu vine în mod natural, deoarece, în mod implicit, creierul se pierde în gânduri, totuşi, poţi învăţa să faci asta, prin meditaţie.

Odată ce îţi poţi menţine atenţia în aici-şi-acum şi ţi-ai dezvoltat o anumită capacitate de a-ţi observa gândurile, atunci condiţionările care pun în mişcare aceste gânduri pot fi vindecate; întâi, fiind capabil să vezi că acele gânduri sunt neadevărate sau doar parţial adevărate, şi apoi, acceptând că acele gânduri care vin şi pleacă sunt specifice condiţiei umane. Nu vei scăpa de vocea din capul tău, dar acea voce îşi va pierde puterea de a te capta pe măsură ce-ţi vei observa gândurile, fără să le crezi. În cele din urmă, acele gânduri nu vor mai apărea la fel de frecvent sau de intens.

Asta-i tot ce-i nevoie pentru a-ţi vindeca condiţionările, dar secretul este să înveţi să rămâi în Prezenţă suficient de mult timp, ca să poţi aduce acea Prezenţă sau Conştienţă în gândurile şi emoţiile tale. Când eşti prezent în gânduri şi emoţii, ele se relaxează, la fel cum te relaxezi când cineva te acceptă şi te lasă să fii aşa cum eşti. Aceasta este definiţia iubirii, nu-i aşa? Dragostea îl lasă pe el sau pe ea să fie aşa cum este, fără să-l judece, fără să-l respingă sau fără să-l certe. Poţi face acelaşi lucru cu gândurile şi emoţiile tale.

Dragostea vindecă şi o face atât de uşor! Când apare în momentul prezent un gând sau un simţământ, atunci iubeşte ce a apărut. Iubeşte-l din poziţia Conştiinţei, a conştientizării lui şi îngăduie-i să stea acolo până se relaxează şi pleacă. Acest mod de a fi nu este chiar atât de greu.

Oricine îl poate face. Fiecare om are această capacitate de a accepta şi a sta în prezenţa unui gând sau sentiment suficient de mult timp pentru a-l vedea aşa cum este, a-i permite să existe şi a-l lăsa să plece.

Vă mulţumesc că aţi fost deschişi la acest mesaj. Vă mulţumesc că aţi fost aici. Sunt mereu cu voi.»

Capitolul 4

ÎMPOTRIVIREA LA VIAŢĂ

«Eşti construit pentru a te împotrivi vieţii. Mecanismul care creează această opoziţie este ego-ul. Deşi ego-ul pare ceva concret, este doar o programare. O parte din această programare te face să te opui vieţii, să respingi viaţa. „Nu-mi place ...” şi „Nu vreau...” sunt expresii comune ale ego-ului, care reflectă această rezistenţă. Este bine să fii conştient de aceste afirmaţii simple, pentru că ori de câte ori apar, vorbeşte falsul eu, sau ego-ul, programarea ta negativă.

Oamenii tind să creadă ego-ul ar fi necesar, iar acest lucru este valabil pentru aspectul ego-ului care îţi dă un sentiment de individualitate. Multe dintre instinctele de supravieţuire, care uneori sunt de folos, fac parte tot din ego. Dar, în afară de asta, ego-ul ar putea fi descris ca o programare negativă şi limitativă de care nu ai nevoie, pe care eşti menit să o depăşeşti. Acest aspect al ego-ului este balaurul care trebuie ucis pentru a obţine libertatea şi fericirea posibile. Este provocarea care trebuie depăşită de fiinţa umană.

Planeta aceasta este foarte densă. Desigur, nu planeta în sine este densă, ci conştiinţa umanităţii, care este guvernată de acest ego foarte negativ. Ego-ul creează densitatea, suferinţa şi conflictul care fac parte din viaţa voastră. Fără această programare, lumea ar fi simţită ca indescriptibil de frumoasă, minunată şi un mare cadou care, desigur, este.

Densitatea este în interiorul vostru – în omenire. Dar poate fi depăşită, iar starea generală de conştiinţă a umanităţii poate fi ridicată.

Poate fi depăşită conştientizând această programare, nu fiind de acord cu ea. Setarea voastră implicită este să fiţi de acord că nu vă place sau că nu doriţi ceva, iar acest lucru este întărit de ceilalţi cărora nu le plac şi nu doresc anumite lucruri. Toată lumea este programată să aibă atracţii şi repulsii, în general vorbind.

Conştientizarea acestei programări aduce eliberarea de ea. Să fie oare chiar atât de simplu?! Nu chiar. Conştientizarea nu este suficientă. Vă puteţi observa gândurile, dorinţele, temerile, atracţiile şi repulsiile, dar încă să suferiţi de ele, dacă nu le observaţi din punctul de vedere al adevăratului sine, care nu are acele dorinţe, temeri, atracţii şi repulsii.

De cele mai multe ori, vă observaţi gândurile cu o altă parte a ego-ului care este foarte nemulţumită de aceste gânduri. Ego-ul nu-i plac propriile gânduri! Aici vă găsiţi mulţi dintre voi. Vă observaţi gândurile şi vă supăraţi că le aveţi. Nu vă place de ele.

Dar amintiţi-vă ceea ce tocmai am spus: „Ori de câte ori apare „nu-mi place”, acesta este ego-ul. „Nu-mi plac gândurile mele” este tot ego. Deci, observaţi acest lucru atunci când se întâmplă. Observaţi-vă gândurile şi reacţia „voastră” la ele, cum le respingeţi. Apoi, nu vă opriţi doar la a observa asta, căci mai trebuie făcut un pas sau doi.

Următorul lucru, după ce observi că „tu” nu vrei aceste gânduri, este să te îndepărtezi de ele, în loc să fii nemulţumit că le ai, ceea ce este inevitabil când rămâi pe tărâmul mental. A te îndepărta de gândurile tale nu este acelaşi lucru cu respingerea lor, aşa cum ar putea să pară. Cel ce alege să se îndepărteze de gânduri este Sinele cel fără de gânduri: adevăratul tău sine. El simte gândurile – le observă – şi apoi, fără a le judeca sau a le reprima, pur şi simplu, trece la ceva mai real decât gândurile. Sinele tău adevărat este atât de aproape! Este chiar aici.

Vezi tu, adevăratul tău sine este profund îndrăgostit de viaţă – de realitate. Iubeşte suculenţa sunetelor, a priveliştilor, a mirosurilor, a gusturilor şi a senzaţiei tactile a tot ce întâlneşte. Este mai interesat de acestea şi primeşte mai multă satisfacţie de la ele decât de la gânduri. Într-adevăr, există o oarecare plăcere în gândire. Sinele tău adevărat iubeşte şi asta, dar nu într-atât ca să excludă toate celelalte. Ego-ul sau eul fals, pe de altă parte, respinge viaţa reală, lucrurile din care este alcătuită experienţa reală, şi se pierde şi rămâne pierdut pe tărâmul

imaginar, mental, care, ca orice dietă lipsită de variaţie, pur şi simplu, nu te împlineşte.

Sinele tău adevărat se abate de la gânduri, în special cele care nu sunt de folos sau creative, pentru a se implica în viaţa reală, dar nu respinge acele tipuri de gânduri. Sinele tău adevărat atinge totul cu dragoste, dar are discernământ în ce se pierde, deşi pe tine te lasă să te pierzi în gândurile tale, dacă asta vrei.

Ceea ce sinele adevărat iubeşte cel mai mult este să trăiască ceea ce-i oferă această lume frumoasă, precum şi să creeze, să înveţe, să se dezvolte, să exploreze, să iubească şi să-i ajute şi relaţioneze cu ceilalţi într-un mod autentic. Dar sinele adevărat se află aici şi pentru a îndeplini un anumit scop în viaţă. Sinele tău adevărat nu se rezumă doar la a se pierde în experienţe şi senzaţii fizice şi în plăcerea vieţii, ci vrea să realizeze scopul pentru care a venit în această viaţă.

Pe sinele adevărat nu-l prea interesează să se piardă în maşinaţiunile şi născocirile ego-ului – strategiile lui, ce-i place şi nu-i place, ce vrea şi nu vrea, fanteziile de viitor şi obsesiile despre trecut. Acestea sunt irelevante pentru sinele adevărat şi îl interesează doar pe ego.

Şi totuşi, adevăratul eu nu face nicio judecată despre această programare pe care o numim ego. Deci, atunci când sinele adevărat întâlneşte un gând ce provine din această programare, îl salută şi apoi îi spune la revedere. Poate că acesta ar fi un mod în care să-ţi priveşti şi tu gândurile: Ai putea spune: „Salut, bun-venit, dar trebuie să plec acum. Am multă dragoste de răspândit. Trebuie să mă ocup de treburile Tatălui.”

Imaginează-ţi ce-ar fi dacă te-ai raporta la gândurile tale egotice în acest fel – toate gândurile legate de „eu”. Asta îţi sugerez să faci. Aşa se raportează Sinele tău adevărat la astfel de gânduri. Atunci când eşti aliniat cu el, nu simţi în mod natural nicio împotrivire la viaţă sau la gândurile care îţi vin în minte.

Ce uşurare este să nu te mai opui vieţii! Şi nu e nevoie decât să găseşti acea atitudine interioară care se armonizează cu adevăratul sine şi apoi să te raportezi la gânduri în acest mod, în loc să ai relaţia obişnuită contradictorie: să te simţi atât constrâns de gândire, cât şi în opoziţie cu ea. Ambele poziţii provin din ego şi ambele te menţin implicat în lumea ego-ului. Rezistenţa la gânduri nu te eliberează de ego, ci te leagă de el.

Observvă această împotrivire şi găseşte acel loc din interiorul tău care nu se opune gândurilor şi la nimic altceva.

Eu pot doar să-ţi indic acest loc interior plin de iubire şi non-rezistenţă. Trebuie să decizi să-l cauţi singur şi să nu te opreşti până nu-l găseşti. Nu pot să fac asta în locul tău sau să-l găsesc pentru tine. Trebuie să-l cauţi tu şi apoi să alegi să rămâi în el. Aceasta este lucrarea. Aceasta este munca ta ca fiinţă spirituală în evoluţie. Te afli în procesul descoperirii acelui loc lăuntric de pace şi iubire care nu se împotriveşte vieţii, ci îmbrăţişează totul. Caută-l şi rămâi acolo odată ce l-ai găsit!

Îţi voi oferi încă o revelaţie pentru a-ţi uşura acest efort. Acest loc al non-rezistenţei şi al dragostei de viaţă se dezvăluie când stai foarte liniştit. Stai liniştit, stai tăcut, ascultă sunetele din jurul tău cu multă atenţie şi dragoste. Dacă faci asta suficient de mult timp, vei intra în rezonanţă cu acela ce acceptă şi iubeşte în mod natural viaţa. E uşor, nu-i aşa? Apoi continuă să faci asta cât poţi de-a lungul întregii zile. Ascultă doar. Observă. Fii. Simte, fără a evalua, orice ai trăi.

Aceasta cere practică, dar prin practică, vei fi capabil să rămâi implicat şi preocupat de viaţa cea reală – nu de ideile, credinţele, opiniile, atracţiile şi repulsiile tale, ci de simpla realitate. Minţii nu-i place realitatea şi nu-i place ce-i simplu. Are atât de multe de spus despre fiecare lucruşor. Lasă-o să pălăvrăgească. Între timp, tu rămâi aici în experienţa simplă a acestui moment, fără niciun comentariu, sau cu unul în surdină.

Asta înseamnă să fii treaz. Când eşti treaz, eşti trezit la viaţă. Ochii, urechile şi alte simţuri sunt trezite la realitate şi sorb experienţa vieţii pe care o ai chiar acum, în trăirea momentului prezent. Vei vedea că acest moment este mai mult decât suficient pentru a te satisface. Sinele tău divin se simte minunat, căci iubeşte profund şi savurează experienţa unică a fiecărei noi clipe. Aceasta este adevărata fericire, adevărata pace şi mulţumirea după care tânjiţi cu toţii, dar pe care o rataţi în starea egotică de conştiinţă. Găsiţi ceea ce spune “da” vieţii acum şi în fiecare clipă!

Vă mulţumesc că aţi fost aici. Vă mulţumesc pentru atenţia şi deschiderea către acest mesaj. Sunt mereu cu voi.»

Capitolul 5

A FI BUN

«Bunătatea şi corelativele sale – compasiunea, acceptarea, răbdarea, seninătatea şi dragostea – toate o descriu şi sunt o condiţie pentru Conştiinţa Cristică. Cu alte cuvinte, cum vă simţiţi în Conştiinţa Cristică este acelaşi lucru cu ce trebuie să *faceţi* pentru a trăi Conştiinţa Cristică, dacă încă nu o trăiţi. De exemplu, bunătatea descrie Conştiinţa Cristică, iar recomandarea pentru a atinge Conştinţa Cristică este să vă comportaţi cu bunăvoinţă. Aşa cum am spus într-un mesaj anterior, când te comporţi ca şi cum ai fi luminat poate fi o punte către Conştiinţa Cristică.

Cu toate acestea, trebuie menţionat că *gândirea* binevoitoare nu este acelaşi lucru cu Conştiinţa Cristică şi nici nu reprezintă o punte către Conştiinţa Cristică, deşi gândurile pozitive sunt mai bune decât opusul lor şi ar putea duce la un comportament mai bun – dar nu neapărat. Gândurile nu sunt punţi de legătură cu acest tărâm misterios al sinelui tău divin, nici măcar gândurile bune sau cristice. Gândurile bune nu te vor duce la Conştiinţa Cristică.

Pentru a trăi sinele tău divin, trebuie să renunţi la toate gândurile şi doar să fii, doar să experimentezi: *fii* pacea, *fii* compasiunea, *fii* iubirea, *fii* curajul. Acestea sunt experienţe, nu atitudini sau moduri de a gândi despre tine, ci simţiri. Pentru a experimenta aceste simţăminte subtile, trebuie să încetezi să mai gândeşti, să nu mai apelezi la gândurile tale despre cum să fii, ci doar să fii.

De asemenea, poate că vei avea nevoie să opreşti orice mişcare, deoarece activitatea face mai dificilă rezonanţa cu acest tărâm subtil, unde sălăşluiesc iubirea şi pacea. Opreşte-te, stai tăcut şi experimentează dragostea, blândeţea, pacea, curajul şi puterea naturii tale divine. Acestea sunt cuvinte pe care le dăm misterului de nedescris care eşti, dar trebuie să treci dincolo de cuvinte, la experienţa indicată de aceste cuvinte. Natura ta divină poate fi trăită, dar nu poţi conceptualiza drumul către acea experienţă.

A fi bunătatea sau a fi pacea sau a fi iubirea este cu totul altceva decât a te gândi la tine ca fiind bun sau paşnic sau iubitor sau a încerca să manifeşti acele calităţi, căci doar asta poate face mintea, dar neputându-

te conduce la adevărata ta natură. A manifesta aceste calităţi necesită să fii implicat în realitate – adică, în aici-şi-acum –, pe când gândirea se implică în ceea ce *nu* este real, în ce este imaginar.

Atunci când eşti aliniat cu bunătatea sau pacea sau forţa adevăratei tale naturi, există doar trăirea bunătăţii sau a păcii sau a forţei, aşa cum este simţită de corpul tău, dar fără senzaţia că „eu” ar avea această experienţă, fără nicio conexiune mentală cu un „eu”. Pe de altă parte, atunci când ai gânduri amiabile sau paşnice sau te gândeşti să fii bun sau senin, acesta este, de fapt, falsul sine care trăieşte în propria realitate, gândind aşa ca să se simtă el bine, concepând o imagine-de-sine pozitivă.

Acestea sunt două stări de conştiinţă diferite. Când vorbesc despre a *fi* bun sau a *fi* pacea sau a *fi* iubirea, înţeleg să renunţi la personalitate şi să simţi ce este dincolo de personalitate, lăsând acea stare să-ţi determine vorbele şi faptele – fără gânduri despre “tine”.

Când renunţi la persoana ta, la ego-ul tău, eşti în mod natural bun. În acea stare non-egotică, îţi este clar că bunătatea pe care o simţi nu este „a ta”. Bunătatea apare în mod natural sau se manifestă în acel moment, pentru că s-a făcut spaţiu pentru ea, deoarece ego-ul nu mai este prezent.

Când se întâmplă acest lucru, este evident că „tu” nu ai niciun merit că eşti bun şi nici nu există vreun „tu” care ar încerca să pretindă asta. Bunătatea, pur şi simplu, se exprimă prin tine, deoarece i-ai permis asta. Ego-ul tău nu-i mai stă în cale. Adevărata smerenie provine din alinierea cu acest mare adevăr: Atunci când manifeşti cel mai bun sine al tău, de fapt, n-are cine să se laude cu asta, pentru că bunătatea doar se exprimă *prin* tine.

Ori de câte ori „tu” ieşi din peisaj, rămâne adevărata ta natură. Spiritualitatea nu înseamnă atât a ajunge la o anumită stare, cât a elimina orice îţi întunecă starea ta naturală. Starea ta naturală – sinele tău divin – este întotdeauna aici, nu undeva într-o altă dimensiune sau în altă parte unde ar trebui să ajungi. Nu trebuie să mergi nicăieri pentru a trăi cine eşti; trebuie doar să-ţi dai seama că cine eşti este deja aici, dar ascuns de gândurile despre tine, care alcătuiesc sinele fals.

Cu toţii aţi mai auzit, fără îndoială, această învăţătură. Este învăţătura clasică nondualistă: Cel care eşti cu adevărat este deja aici. Dar am să adaug ceva care v-ar putea face să înţelegeţi mai concret. Ori de câte ori vă simţiţi bine, fericiţi, iubitori, mulţumiţi sau în pace, trăiţi

cine sunteţi cu adevărat, chiar şi pentru o clipă. Atât de aproape este adevăratul sine. Şi de fiecare dată când vă comportaţi binevoitor, este adevăratul vostru sine cel ce o face.

Ştiţi deja cine sunteţi cu adevărat! O trăiţi de mai multe ori pe zi, fie şi numai în fugă. Poate că vă aşteptaţi ca această experienţă să fie mai profundă, mai cutremurătoare, mai interesantă decât aceasta – şi ego-ul îşi doreşte, cu siguranţă, să fie aşa –, dar sinele vostru adevărat este numai atâta: această pace, această iubire, această simplă fericire, această mulţumire, această bunătate.

Acum, dacă te concentrezi pe aceste simţiri – această trăire a sinelui tău adevărat – te vei scufunda mai profund în sinele tău adevărat şi vei avea o experienţă mai profundă despre cine eşti. Aceste sentimente de fericire, pace, dragoste şi mulţumire, care sunt adevărata ta natură, se vor simţi mai profund şi mai plăcut decât atunci când le atingi în treacăt. Poţi învăţa să extinzi astfel de trăiri ale adevăratei tale naturi, concentrându-te pe calităţile adevăratei tale naturi atunci când ele apar. Te concentrezi pe experienţa subtil-energetică a iubirii, bunătăţii, acceptării, păcii, puterii sau bucuriei, prezentă în corp.

Când apar astfel de clipe când trăieşti iubirea, bunătatea, acceptarea, pacea, puterea sau bucuria a cine eşti cu adevărat, ego-ul tinde să te priveze de ele, minimalizând experienţa sau trecând-o cu vederea şi apoi acoperind-o cu obişnuitul său comentariu la modă. Vocea din capul tău te distrage de la experienţa sinelui tău divin cu vreun gând. De obicei, aproape orice gând va fi de ajuns să te tragă înapoi în gândire. Vocea din capul tău nu are o misiune prea dificilă, pentru că fiinţele umane sunt uşor distrase de la simpla mulţumire, dragoste, bunătate, fericire şi pace a adevăratei lor naturi. Pur şi simplu, aşa se întâmplă.

După ce înţelegi şi accepţi că aşa stau lucrurile – anume, cum eşti programat – atunci, în loc să continui conform programării egotice, poţi face o altă alegere. Poţi alege să rămâi mai mult în experienţa simplă a sinelui adevărat. Dacă poţi face asta, vei începe să descoperi cât de mulţumitoare este această experienţă.

Desigur, asta este exact ceea ce ego-ul nu vrea să descoperi. Are alte planuri cu atenţia ta. Vrea să-ţi concentrezi atenţia pe dorinţe, văicăreli, opinii, judecăţi, resentimente şi alte gânduri distractive şi inutile, doar pentru că nu vrea să te scufunzi în Conştiinţa Cristică.

De ce se întâmplă asta? De ce există o asemenea dihotomie în fiinţa umană, un fel de război între ego-ul uman şi sinele divin? De fapt, nu este un război, deoarece un război are nevoie de două tabere opuse, iar sinele divin nu este în contradicţie cu ego-ul. Sinele divin lasă ego-ul să-ţi capteze atenţia. Sinele divin nu luptă şi nu îşi dispută atenţia ta. Aşa că ego-ul câştigă acest „război” de fiecare dată – până în momentul când nu o va mai face, atunci când soseşte vremea sinelui divin şi e timpul să înceapă trezirea.

Drama în care ego-ul e în centrul atenţiei mereu şi mereu se întâmplă până într-o zi, când „tu” eşti gata. Sinele divin este pregătit să se trezească în tine şi începe să se afirme mai ferm, mai convingător. Dintr-odată, devii extrem de interesat de Adevăr, de libertate şi de a deveni un maestru în viaţă. Graţia este cea care pune în practică acest plan. Până atunci, ego-ul tău va câştiga de cele mai multe ori. Cei dintre voi care citiţi acest mesaj aţi trecut de acel punct. Setea voastră de Adevăr a fost deja trezită, căci altfel, acest mesaj nu v-ar fi interesat.

În acest moment, singura cale de a merge înainte este aceea de a accepta că, clipă de clipă, trebuie să alegeţi altceva decât ceea ce ar alege programul implicit. Trebuie să deveniţi foarte conştienţi de acest program predefinit – anume, ce doreşte el să aleagă – şi atunci, trebuie să alegeţi invers. Atunci când programul vine cu o judecată, alegeţi bunătatea în schimb. Când vine cu o reclamaţie, alegeţi bunătatea în schimb. Când vine cu o remarcă furioasă, alegeţi bunătatea în schimb. Asta e lucrarea ce vă aşteaptă s-o faceţi.

Chiar dacă iniţial nu vă simţiţi buni atunci când alegeţi bunătatea, bunătatea va apărea odată ce o alegeţi. Cultivarea bunătăţii este ca şi cum ai exersa un muşchi: Trebuie să alegi contrar căii minimei rezistenţe până când această alegere devine mai uşoară, mai naturală şi automată.

Bunătatea care apare atunci când decizi să te porţi cu bunătate este cel care eşti tu cu adevărat. Actul de a alege bunătatea este puntea care te duce spre experienţa mai profundă a bunătăţii. *Devii* bunătatea. Apoi, cât timp anume rămâi în bunătate depinde de cât timp continui să te concentrezi pe experienţa subtil-energetică a bunătăţii din corp, în loc să te laşi atras în gândire. Experienţa bunătăţii sau a oricărei alte calităţi a adevăratei tale naturi este o simţire subtilă, pe care o poţi amplifica prin focalizarea atenţiei asupra ei.

Concentrându-te asupra acestei simţiri, poţi învăţa să rămâi în fluxul bunătăţii şi să-l laşi să îndeplinească el acţiunile tale. Asta vreau să spun prin întruchiparea Conştiinţei Cristice. Dacă rămâi suficient de mult într-una dintre calităţile naturii tale divine, cum ar fi bunătatea sau pacea, vei deveni sinele tău divin şi vei începe să trăieşti ca atare. Te vei adânci în fluxul Conştiinţei Cristice, iar Conştiinţa Cristică va deveni conştiinţa ta, Conştiinţa Cristică va lucra prin tine. Acesta este obiectivul.

Cultivarea bunătăţii sau a oricărei alte calităţi a naturii tale divine prin faptele tale te va aduce într-o stare de Har, o stare în care trăieşti răsplata pentru că ai ales iubirea. Bunătatea este propria sa răsplată, pacea este propria sa răsplată, virtutea este propria sa răsplată. Acest lucru devine evident odată ce le alegi îndeajuns de des. În acest fel, devii cel ce eşti menit să fii.

Vă mulţumesc că aţi fost aici. Vă mulţumesc că aţi fost deschişi la acest mesaj. Sunt mereu cu voi.»

Capitolul 6

SURFING PE VALURILE MINŢII

«Există o metaforă minunată pentru ceea ce vreau să spun astăzi. Este surfing-ul. S-ar putea să te surprindă că mă auzi vorbind despre surfing! Dar, aşa cum am spus, este o metaforă, una deosebit de bună pentru relaţia cu mintea egotică, vocea din capul tău. Nu mintea sau intelectul este problema, ci aspectul minţii care comentează despre viaţă şi îţi spune ce să faci, cum să te comporţi, ce să gândeşti şi cine eşti. Vocea din capul tău este "domnul Ştie-tot"!

Diferenţa dintre majoritatea omenirii şi cei care sunt treziţi sau iluminaţi este relaţia lor cu vocea din cap. Majoritatea oamenilor nu sunt conştienţi că se identifică cu vocea din cap. Ei o cred, au încredere în ea şi cred că acele gânduri sunt adevărate şi de ajutor, în timp ce adevărul este exact invers.

Cea mai mare parte a oamenilor îşi duc viaţa crezând că ei sunt orice le spune vocea din cap că ar fi şi, la fel, că viaţa şi ceilalţi oameni sunt ceea ce le spune acea voce – fără a pune sub semnul întrebării aceste presupuneri. Nu este de mirare că există atâta durere şi suferinţă în lume! Este ca şi cum aţi fi conduşi de un dictator malefic cu care toată lumea este de acord şi nu-i pune niciodată întrebări. Oamenii sunt manipulaţi de o programare malefică şi nici nu-şi dau seama că se întâmplă acest lucru.

Când observi acest lucru, este şocant şi te întrebi de ce nu ai văzut asta mai devreme. Dar aşa este cu dictatorii deştepţi. Te fac să crezi că ai nevoie de ei şi că spun adevărul, când, de fapt, nu-l spun. Ei afirmă că poţi avea încredere în ei şi că scopul lor este să te protejeze şi să aibă grijă de tine, când, de fapt, nu sunt capabili să facă acest lucru. Programarea ta este astfel făcută: Te minte în mod constant, dar este atât de credibilă şi convingătoare, încât nu o pui la îndoială. Celor mai mulţi oameni nu le trece prin cap să pună sub semnul întrebării vocea din capul lor – până când, într-o zi, le trece.

Când începi să te trezeşti, îţi dai seama că vocea din capul tău nu este ceea ce ai crezut că este, că nu este vocea ta, ci ceva separat de tine. Având această obiectivitate mai acută, devine evident că această voce nu este o forţă de încredere sau pozitivă în viaţa ta. În cele din urmă, nu mai laşi această voce să te definească sau să îţi dicteze faptele şi vorbele. Dar această detaşare de vocea din capul tău se dezvoltă în timp.

Această realizare despre vocea din cap este un moment de cotitură în evoluţia ta ca fiinţă umană, iar acest lucru se numeşte, pe bună dreptate, trezire. Este ca şi cum te-ai trezi dintr-un vis şi ai vedea brusc că ceea ce credeai că este real şi adevărat era o iluzie. Aşa se întâmplă şi cu viaţa în stare de veghe: te trezeşti că vezi că ceea ce credeai că este adevărat nu este, şi începi să pui la îndoială vocea din capul tău, presupunerile şi valoarea ei.

Această înţelegere este, însă, doar începutul trezirii, deoarece nu eşti pe deplin treaz până când nu realizezi pe un nivel mai profund ceea ce ai înţeles intelectual, iar această aprofundare necesită timp. Acum, trebuie să descoperi ce se întâmplă de fapt, care este adevărul şi cum să te mişti prin viaţă de acum înainte. Răspunsurile la aceste întrebări nu se găsesc

în cărţi. Trebuie să le descoperi pe cont propriu, fiind curios în privinţa vieţii umane şi privind adânc în Adevăr.

În acest scop, sunt de mare ajutor învăţătorii şi cărţile spirituale. Şi totuşi, aşa cum am spus, trebuie să descoperi singur răspunsurile prin intermediul propriei investigaţii, explorărilor şi experienţelor lăuntrice. Răspunsurile la aceste întrebări profunde îţi sunt date de-a lungul timpului prin diferite experienţe şi înţelegeri spirituale – prin Har.

Lasă curiozitatea să te conducă în această călătorie! Urmează-ţi atracţia de a descoperi acest mare mister despre cine eşti. Lasă-te dus oriunde te-ar duce. După ce ai gustat din Adevăr, eşti decis să afli mai multe, căci aşa funcţionează treaba asta. Vei fi îndrumat lăuntric să descoperi ceea ce trebuie să descoperi, dar nu există niciun manual pe care să-l urmezi şi nimeni nu ştie calea pentru tine, în afară de tine.

Călătoria fiecăruia este condusă în mod unic de către învăţătorul interior, care este extrem de demn de încredere. A învăţa să ai încredere în acest învăţător interior – adică, intuiţia ta – face parte din călătorie. Viaţa devine învăţătorul tău, pe măsură ce te supui la lecţiile, înţelepciunea şi etapele ei. Viaţa – adică, sinele divin – deţine suprema înţelepciune şi controlează desfăşurarea planului tău, şi tot ce trebuie să faci este să fii deschis să descoperi ce îţi dezvăluie Viaţa. Secretele vieţii îţi vor fi dezvăluite unul câte unul într-un mod în care poţi avea încredere. Această învăţare poate fi catalizată de un învăţător sau o carte, dar, în cele din urmă, trebuie să te predai procesului de trezire care se desfăşoară în tine.

Ceea ce-ţi indică învăţătorii şi cărţile şi ceea ce trebuie să înveţi să faci tu însuţi este să dezvolţi o relaţie diferită cu mintea ta egotică, vocea din cap. Nu este suficient să fii conştient de această voce şi nici doar să vezi că nu este de încredere, dacă nu înveţi, totodată, să te încrezi în altceva, să trăieşti într-un alt mod.

Trebuie să devii diferit dezvoltând o relaţie diferită cu mintea ta. Trebuie să înveţi să faci surfing pe valurile vocii din cap, să rămâi la suprafaţă cu agerime şi să nu te laşi târât sub apă de valurile gândurilor şi emoţiilor. Majoritatea oamenilor sunt prinşi sub apă, văzând doar apa, înecându-se în apă.

Înţelegerea adevărului despre apă îţi permite să te ridici deasupra ei şi să surfezi pe valuri. Ca şi surfingul, aceasta este o experienţă minunată

şi eliberatoare. Viaţa este încântătoare atunci când nu eşti atras de turbulenţele şi drama minţii egotice. Când poţi să te ridici deasupra gândurilor şi emoţiilor negative şi să le vezi drept ceea ce sunt, dar să nu fii atins de ele, poţi fi cu adevărat fericit în viaţă. Viaţa trebuie savurată! Te-ai născut pentru a merge pe valuri!

Suişurile şi coborâşurile valurilor fac parte din distracţia surfingului şi nu este o problemă, din moment ce nu te mai îneci în gândurile şi emoţiile tale. Tu aparţii nu numai oceanului, ci şi cerului, soarelui şi întregii măreţe frumuseţi de dincolo de valuri. Cunoscând lumina eternă a sufletului, valurile nu mai sunt o problemă, ci o parte a frumoasei experienţe de fiinţă umană. Când te recunoşti ca spirit, porţi uşor costumul uman: Umanitatea ta este acceptată şi poate fi savurată.

Întrebarea este întotdeauna: „Cum? Cum să surfez în loc să mă zbat prin apă? ” Răspunsul este acesta: Găseşte „eul” care nu se zbate. Tu eşti doi: sinele fals şi sinele adevărat. Cel care se luptă este sinele fals, ceea ce este o veste foarte bună, pentru că sinele fals nu este cel ce eşti cu adevărat. Cel care eşti cu adevărat este cel care surfează. Acesta pluteşte mereu pe valuri. Deci, tot ce trebuie să faci este să-ţi găseşti calea către adevăratul tău sine.

Primul pas în învăţarea surfingului este să vezi că nu eşti sinele fals. De fiecare dată când spui „eu”, dai naştere acestui sine fals. Recunoşti sinele fals prin declaraţiile tale ce încep cu „eu”. Tot ceea ce spui după „eu” este adevărul sinelui tău fals, nu al autenticului tău sine. Aşa se creează sinele fals, pur şi simplu, cu astfel de afirmaţii.

Apoi, trebuie să vezi cât de false sunt aceste afirmaţii care încep cu „eu”. Sunt false, deoarece sunt incomplete. Nimic din ce spui după „eu” nu surprinde adevărul complet despre tine, despre cine eşti cu adevărat. De aceea se numeşte sinele fals. Afirmaţiile tale despre „eu” creează un sentiment de sine fals, incomplet, o impostură de eu.

Observă incompletitudinea. Asta e tot ce trebuie să faci. De exemplu, dacă spui „Nu sunt foarte bun la asta”, vezi că, chiar dacă pare adevărat atunci când o spui, asta nu va fi adevărat de-a lungul timpului şi, prin urmare, nu este adevărat. Mai mult de atât, nu este adevărat, pentru că este o opinie. Pe baza cărei estimări? Aceasta este o apreciere arbitrară, o afirmaţie relativă, nebazată pe nimic. Este o poveste negativă despre tine

– despre sinele fals. Iar din astfel de poveşti incomplete şi neadevărate este alcătuit sinele fals.

Poate că cel mai important lucru despre această poveste sau despre oricare alta este că nu-i doar o minciună, ci este total inutilă. La ce-i bună? Este bună doar să definească sinele fals, dar nu ai nevoie de un sine fals! De aceea îl numim fals. E un fake. Nu ai nevoie de el, pentru că îl ai pe cel autentic.

Da, sinele autentic îţi poate trăi viaţa şi deja îţi trăieşte viaţa. Sinele fals pretinde că îţi trăieşte viaţa, iar adevăratul sine te lasă în această iluzie. Dar este, totuşi, o iluzie. În acest timp, adevăratul sine respiră, se mişcă, iubeşte, creează, învaţă, raţionează, râde, se joacă, se distrează, este curios, este vesel, este înţelept... Ai priceput cum stau lucrurile. Când faci ceva este ori sinele adevărat care acţionează, ori sinele adevărat care îţi permite să te prefaci că eşti sinele fals. Sinele adevărat se distrează chiar şi cu treaba asta!

Al doilea pas în învăţarea surfingului este să observi că adevăratul tău sine este chiar aici. De fiecare dată când ai un sentiment de iubire, un impuls creativ, un sentiment de entuziasm sau curiozitate, un sentiment de bucurie sau mulţumire, un îndemn de a urmări ceva care te interesează sau un impuls de a face bine sau de a ajuta pe cineva, acesta este adevăratul tău sine trăindu-ţi viaţa. Observă cum eul tău adevărat este aici, chiar acum, citind şi absorbind aceste rânduri, învăţând, crescând şi reacţionând la ceea ce aduce viaţa.

Eşti viu, iar această forţă a vieţii eşti tu, cel adevărat. Fără această conştiinţă plină de viaţă care îţi animă corpul şi îţi pune în mişcare viaţa de om, nu ai fi tu. Aşadar, observă că adevăratul tău sine este chiar aici. Observă asta cât poţi şi vei începe să te simţi tot mai mult ca atare. Te vei trezi mai pe deplin din iluzia sinelui fals întru Adevăr.

Îţi mulţumesc că te trezeşti la Adevăr. Îţi mulţumesc că ai fost aici. Sunt mereu cu voi.»

Capitolul 7

TOTUL ESTE SACRU

«Priveşti lumea cu două perechi de ochi: ochii ego-ului şi ochii Divinului. Lumea ego-ului arată şi se simte foarte diferit de cea a Divinului. Calea spirituală înseamnă să înveţi a vedea cu ochii Divinului. Aceasta este o metaforă, desigur, deoarece nici ego-ul şi nici Divinul nu au ochi. Mă refer la nu doar a percepe viaţa, ci şi a o experimenta. Aceşti „ochi" sunt diferite stări ale creierului, stări diferite de conştiinţă.

Este timpul să-ţi schimbi modul de a vedea, să te naşti din nou sau să renaşti în lume. În primul mod de a percepe, lumea suferă, iar în celălalt, ea este binecuvântată, sacră, cel mai mare dar şi cea mai mare bucurie.

În Inima ta, ştii că este posibil să trăieşti viaţa în acest fel. Ceva din tine ştie acest lucru şi de aceea cauţi. Cauţi în sus şi-n jos, până când, poate, vei întâlni pe cineva cu această nouă viziune, acest nou mod de a vedea, care confirmă ceea ce bănuiai tot timpul. Această cunoaştere interioară este implantată în tine, la fel ca şi căutarea ei. Ceva din tine ştie că este posibil şi un alt mod de a trăi viaţa.

Ego-ul caută şi el, dar nu ştie unde să privească. Aşadar, încerci toate modalităţile sale de a căuta acest sfânt mister până oboseşti. Şi apoi într-o zi, vezi. Vezi prin ochi proaspeţi. Vezi ce au văzut misticii şi sfinţii, chiar dacă vezi doar pentru scurt timp. Dar este suficient să-ţi confirme bănuielile şi să te împingă mai departe în căutarea transformării.

Această transformare nu se poate produce peste noapte. Aproape niciodată nu se întâmplă aşa. Este nevoie de timp pentru ca lentilele percepţiei să se cureţe, ca să poţi vedea lumea aşa cum este ea cu adevărat. Odată ce poţi vedea mai autentic, ceea ce descoperi şi înţelegi este că totul este sacru, totul – inclusiv tu – este conectat la ceva atât de magnific încât sfidează orice descriere. Unii îl numesc Dumnezeu, la fel şi eu. Dumnezeu este în orice. Totul este sacru.

Când înveţi să vezi prin ochi tăi divini, trăieşti adevărul despre lume: Ea este pe deplin şi absolut iubită de Dumnezeu, complet susţinută, hrănită şi îngrijită de cel ce a creat-o. Niciun singur fir de praf nu este nelalocul lui sau neiubit de Dumnezeu. Pentru Dumnezeu, creaţia este o

comoară, o plăcere şi o minune. Şi când priveşti cu ochii lui Dumnezeu, aşa simţi şi tu.

Aceasta este percepţia neîncetată a lui Dumnezeu, dar nu este percepţia unei persoane. Oricât de mult ai încerca sau oricât de mult ţi-ai dori să menţii această percepţie, ca fiinţă umană, nu poţi. Ai putea avea câteva experienţe de vârf cu această viziune şi multe experienţe mai mici, dar toate vor veni şi vor pleca, după cum variază starea ta de conştiinţă în mod natural.

Cu toate acestea, după ce înveţi să vezi în acest mod, nu mai pierzi niciodată această abilitate. Poţi accesa această percepţie la dorinţă şi asta este important. Nu este important că nu vezi mereu lumea în acest fel şi ar fi nerealist să crezi că ai putea. Este important doar să ştii că această percepţie este adevărul şi că o poţi invoca odată ce ai avut destule licăriri ale sale.

O mare parte din timp, din necesitate, ţi-l petreci doar la suprafaţa acestei trăiri, şi aşa îţi trece ziua. Când eşti ocupat cu responsabilităţile tale, este firesc să nu fii afundat în această percepţie, ci într-una mai „normală”, unde scaunele sunt doar scaune, iar murdăria este doar murdărie şi trebuie curăţată. Nu este posibil să menţii în toate situaţiile o stare de uimire, de prospeţime şi de conectare cu tot ce există, iar lucrul acesta trebuie acceptat. Dacă crezi că ar trebui să poţi percepe în fiecare moment în felul cum percepe Divinul, aceasta este o capcană a ego-ului.

Oricum ai percepe este foarte bine şi nu-i o nicio problemă. Dacă transformi într-o problemă felul în care percepi sau te simţi inferior din cauza asta, înseamnă să cazi pradă judecăţilor ego-ului. Oricum ai percepe lumea, asta este. Oriunde te-ai afla pe această cale, e perfect. Nimeni nu se aşteaptă şi nu-ţi cere să fii altfel decât cum eşti acum. Fiecare este iubit la fel de mult exact aşa cum este.

Nu îţi dau această învăţătură pentru ca să te judeci aspru sau să-ţi doreşti ca experienţa ta să fie altfel decât este, ci ca să te încurajez să înţelegi această veste foarte bună despre viaţă: Viaţa este frumoasă şi infuzată cu divinitate, şi este destinul tău de a vedea şi trăi acest lucru din ce în ce mai mult, pe măsură ce progresezi pe calea spirituală. Îţi ofer această învăţătură şi ca încurajare să te familiarizezi cu această nouă percepţie.

Pentru schimbarea percepţiei sunt necesare unele învăţături, şi, la fel ca în cazul oricărei învăţări, este importantă intenţia de a învăţa. Dacă ai aflat despre acest alt mod de a percepe, atunci îţi poţi pune în intenţie să experimentezi mai mult. E de ajuns să ştii că direcţia creşterii tale spirituale conduce la această percepţie, apoi doreşte-ţi să ai această experienţă, invit-o, iar ea va deveni tot mai posibilă.

Se pare că nu am cum să vorbesc despre acest mod de a percepe fără să menţionez şi faptul că mulţi dintre voi l-au experimentat deja, ca urmare a consumului de droguri. Plantele care produc astfel de efecte sunt numite plante sacre din acest motiv: Ele vă oferă o licărire asupra sacralităţii vieţii, a sensibilităţii vieţii şi a conexiunii dintre toate formele de viaţă.

Deşi aceasta este o experienţă autentică a percepţiei divine, drogurile oferă doar o trăire trecătoare şi nu vă pot învăţa cum să permanentizaţi această percepţie. Ele vă pot deschide către posibilitatea de a vedea astfel, dar dincolo de asta, nu vă facilitează creşterea spirituală în această direcţie. Totuşi, drogurile sunt de folos pentru că arată, într-un mod destul de dramatic, ce este posibil.

Dar ceea ce vreau, de fapt, să vă spun este că totul este sacru. Dacă aţi ştii, nu doar intelectual, ci mai profund, că totul este sacru şi aţi acţiona în consecinţă?! Aceasta ar fi o lume diferită, nu-i aşa?! Atâta suferinţă şi pagube sunt cauzate de percepţia contrară care domină în această lume!

Ce-ar însemna să fiţi în contact mai strâns cu sacralitatea vieţii? Cum ar schimba asta ceea ce faceţi şi cum o faceţi? Cum aţi pieptăna atunci părul copilului vostru? Cum aţi pregăti atunci mâncarea? Cum aţi plia atunci rufele? Cum v-aţi purta atunci cu ceilalţi?

Dacă aţi percepe lucrul cu care interacţionaţi ca fiind sacru, i-aţi acorda întreaga atenţie, întrucât aţi vedea că vă merită atenţia – iubirea voastră. Orice este perceput ca fiind sacru, prin definiţie, este apreciat şi respectat şi tratat cu dragoste şi reverenţă. Şi cum ar arăta această reverenţă? În niciun caz ca nerăbdare, lamentare, furie sau alte expresii de opoziţie la viaţă, atât de comune stării egotice de conştiinţă, ci invers, ca: răbdare, atenţie, acceptare, iubire, blândeţe şi alte atribute ale sinelui vostru divin.

Dacă ai vedea totul ca fiind sacru, unul dintre lucrurile care ar lipsi ar fi simţul „eu-lui”, care domină conştiinţa majorităţii oamenilor în mare parte din timp. Dacă totul este sacru, te-ai concentra pe preţiozitatea acelui obiect sau persoane şi preţiozitatea acelei clipe şi nu te-ai mai preocupa de tine: temerile „tale”, dorinţele „tale” sau povestea vieţii „tale”. Ai interacţiona pe deplin cu viaţa reală, cu realitatea, nu te-ai mai pierde în realitatea virtuală a falsului sine.

Ai uita de tine în faţa a orice, fie că ar fi vorba de nişte rufe ori nişte murdărie. Iar această lipsă de focalizare asupra propriei persoane îţi va permite să poţi manevra rufele sau murdăria (sau să nu le manevrezi) în cel mai înţelept şi eficient mod.

Tu eşti Dumnezeu, precum sunt şi rufele şi murdăria, iar când te conectezi profund cu rufele şi murdăria, atunci chiar Dumnezeu te mişcă faţă de acele lucruri. Dumnezeu aranjează rufele şi curăţă murdăria. Dumnezeu există în lume ca tine, ca rufe, ca murdărie şi ca altele. Toate acestea sunt legate, în virtutea faptului că toate sunt Dumnezeu.

Când tratezi lucrurile şi orice altceva ca fiind sacre, te aliniezi cu sacrul, cu Divinul din tine şi te comporţi ca atare. Ca punte către Conştiinţa Cristică, v-am învăţat să vă comportaţi ca şi cum aţi fi iluminaţi. Şi iată de ce această recomandare funcţionează: Când tratezi lucrurile ca fiind sacre, te comporţi ca şi cum ai fi iluminat şi, în acel moment, nu există nicio diferenţă! În acel moment, eşti iluminat şi capeţi toate avantajele iluminării. Beneficiile sunt că înţelepciunea, dragostea şi bucuria lui Dumnezeu curg prin tine către lume. Ce ar putea fi mai bine?! Chiar dacă nu percepi lucrurile ca fiind sacre, comportă-te ca şi cum ai face-o, iar asta te va pune în legătură cu natura ta esenţială, cu bunătatea ta esenţială – Dumnezeirea. Reaminteşte-ţi că totul este sacru. Aminteşte-ţi-o în timpul zilei, iar asta va evoca natura ta Divină şi tot ceea ce vine cu ea: iubire, bucurie, înţelepciune, putere, curaj, răbdare, claritate şi acceptare.

Aceasta este o practică spirituală care îţi va fi de mare folos. Apoi, vei începe să ai mai multe licăriri ale sacrului din viaţă: faptul că totul este legat de tot, că este viu şi frumos. Această percepţie este cultivată de intenţia de a vedea totul ca fiind sacru şi prin practica de a vedea lucrurile astfel pe parcursul zilei.

Sunteţi binecuvântaţi, cu adevărat, să vă aflaţi într-o fază a creşterii voastre spirituale când sunteţi gata să primiţi această învăţătură, căci vă va schimba viaţa, cu siguranţă. Această practică este puternică şi vă va aduce mare bucurie.

Vă mulţumesc pentru sinceritatea şi deschiderea voastră faţă de această învăţătură. Sunt mereu cu voi. »

Capitolul 8

BUNĂTATEA ÎNNĂSCUTĂ

«Tot pe tema întruchipării, despre care vorbesc aici, astăzi vreau să mai discutăm despre ce înseamnă a fi o fiinţă umană iluminată, despre exprimarea în lume a bunătăţii tale înnăscute.

„După roadele lor îi vei cunoaşte”. Prin comportamentul tău arăţi cui te supui: fie ego-ului, fie sinelui divin. În orice moment, îţi arăţi credinţa pentru unul sau pentru celălalt prin comportamentul tău. Nu există alte opţiuni. Fie faci jocul ego-ului, fie al sinelui tău divin. Aşa cum am spus adesea, acestea sunt două stări de conştiinţă diferite. Evoluţia ta spirituală constă în a deveni din ce în ce mai aliniat cu sinele tău divin, bunătatea ta înnăscută.

Problema este că, în mod implicit, reacţionezi la viaţă ca ego şi aşa cum te fac condiţionările tale să reacţionezi. Aceste reacţii sunt cele mai simple şi mai automate posibil. Ele formează calea minimei rezistenţe şi, de obicei, nu le analizezi, simţind, poate, că nu ai avea altă opţiune decât să te comporţi în acest fel. Sau poate că ai prea puţină dorinţă de a te comporta diferit, din moment ce acele comportamente condiţionate sunt acceptate ca normale şi le raţionalizezi sub justificarea „aşa sunt eu”.

Şi totuşi, acele comportamente – judecăţi, asprime, egocentrism, blamare, lipsă de generozitate, pentru a numi doar câteva – te fac să te simţi îngrozitor în privinţa ta şi a celorlalţi şi a vieţii. „Aşa sunt eu şi aşa este viaţa,” îţi spui „Viaţa este neplăcută şi dificilă”, fără să-ţi dai seama că te faci să te simţi rău prin ceea ce îţi spui despre tine, despre ceilalţi şi

despre viaţă. Nu observi rolul pe care îl joci în crearea sentimentelor tale negative şi a experienţei tale negative despre realitate. Nu vezi realitatea cu adevărat, aşa cum este ea de fapt, ci prin lentila ego-ului.

Când crezi ce-ţi spune vocea din cap, se creează în mod natural o experienţă negativă despre tine şi realitate. Suferinţa provine din ascultarea acestei voci. Vocea din cap îţi spune minciuni – jumătăţi de adevăr – şi cum ar putea minciunile să te facă fericit?! Cum ar putea duce ele la fericire sau la adevăr? Nu pot şi nu sunt menite s-o facă. Încrederea în minciuni duce la suferinţă şi este corect aşa, căci altfel, cum ai putea găsi vreodată adevărul? Pe acest plan al existenţei, adevărul este ascuns. Trebuie să cauţi adevărul şi să-ţi descoperi bunătatea înnăscută, dar de ce ai face-o dacă minciunile te-ar face să te simţi bine?!

Deci, aceasta este schema. Fie că îţi place sau nu, aşa stau lucrurile pe acest plan al existenţei. Sufletul tău şi-a asumat provocarea de a se trezi la adevăr, experimentând mai întâi la ce rezultate duce încrederea în minciuni. Din fericire, ţi s-au oferit multe ajutoare – cărţi, învăţători, modele şi propria intuiţie – pentru a te orienta în direcţia corectă. Ţi s-au oferit toate resursele de care ai nevoie pentru a găsi adevărul, odată ce ai înţeles destule despre minciunile care menţin Iluzia. Iluzia este construită pe minciuni, motiv pentru care este şi numită Iluzie.

Odată ce ai văzut ce pune la cale vocea din capul tău şi cât de dăunătoare este pentru tine şi pentru ceilalţi, poţi începe să înveţi să trăieşti ca bunătatea ta înnăscută şi nu ca ego-ul tău. Ştii deja cum să faci acest lucru, deoarece bunătatea înnăscută se exprimă uneori, chiar dacă îţi petreci cea mai mare parte a timpului în conştiinţa egotică.

Ştiţi cu toţii cum se simte bunătatea înnăscută. O simţi atunci când stai liniştit şi te conectezi cu ea, şi o simţi atunci când o manifeşti. Experienţa acestei bunătăţi înnăscute este experienţa a cine eşti cu adevărat şi este trăită subtil-energetic.

Ţi s-a pus la îndemână un aparat de măsură pentru a şti când îţi exprimi ego-ul şi când, eul divin. Acest aparat constă în senzaţia energiei, a corpului şi a sentimentelor tale. Când îţi simţi energia expansivă şi corpul se simte relaxat şi în largul lui şi te simţi mulţumit, fericit şi îngăduitor, atunci eşti aliniat cu bunătatea ta înnăscută. Iar când simţi contrariul – adică, eşti tensionat, contractat, supărat, nemulţumit sau negativ în orice fel – eşti aliniat cu ego-ul.

Dacă nu ţi-e greu să-ţi verifici corpul pentru a vedea la ce nivel ţi-e conştiinţa, poţi oricând să spui de cine asculţi, după cum se simte corpul tău: dacă se simte relaxat şi expansiv sau încordat şi contractat. Acesta este sistemul de ghidare care ţi s-a dat pentru a te ajuta să te întorci Acasă, la bunătate, la Dumnezeu.

Aceasta înseamnă că nici nu ai nevoie de reguli specifice pentru a-ţi ghida comportamentul, deşi pot fi utile şi acestea. Experienţa directă îţi este călăuza. Devine clar cum să te comporţi în orice moment prin răspunsul pe care îl simţi în corp atunci când te comporţi într-un anumit fel sau chiar când numai te gândeşti să te comporţi într-un anumit fel.

Dacă ceva ce faci sau spui te face să te simţi contractat, opreşte-te şi fă o altă alegere. Iartă-te, cere-ţi scuze dacă trebuie, şi alege din nou. Scuzele te vor ajuta să uiţi trecutul, ca să poţi începe din nou. Totuşi, nu e nevoie să acţionezi numai prin încercare şi eroare, deoarece ţi se oferă, de asemenea, îndrumări intuitive în fiecare moment, înainte de a spune sau a face ceva. Doar că majoritatea oamenilor lasă reacţiile ego-ului, care sunt prestabilite, să o ia înaintea intuiţiei, care întotdeauna îi îndreaptă spre bunătate.

Acesta este motivul pentru care conştientizarea gândurilor şi a condiţionărilor este atât de importantă. După ce recunoşti ce este prestabilit şi tendinţele tale de a te comporta în anumite moduri dăunătoare, poţi să te opreşti pentru o secundă şi apoi să faci o altă alegere. Pentru a învăţa să te opreşti o clipă şi să alegi altfel e nevoie de timp, până îţi intră în obicei. Setarea prestabilită nu se schimbă peste noapte. Chiar şi atunci când vezi cum lucrează ego-ul şi îl recunoşti ceva mai bine, o vreme, încă vei mai alege tot reacţia ego-ului, până ce acel spaţiu dintre gândire şi acţiune sau vorbire se va prelungi suficient ca să poţi alege cu înţelepciune, cu iubire.

Odată ce începi să alegi cu mai multă iubire, eşti răsplătit cu fericire, pace şi iubire, şi devine mai uşor să alegi mai conştient. Totuşi, această trezire din ego poate fi un proces destul de îndelungat şi trebuie să ai răbdare şi compasiune faţă de sinele tău uman, întrucât setarea prestabilită va mai învinge câteodată.

Bunătatea este propria sa răsplată. Cu cât te comporţi în aliniere cu bunătatea ta înnăscută, cu atât te simţi mai bine cu tine. Ai probleme cu stima-de-sine numai atunci când crezi ce îţi spune egoul despre tine şi

faci jocul ego-ului: îi permiţi setării prestabilite să vorbească şi să acţioneze, în loc să alegi tu altceva.

Nu te vei simţi niciodată bine până nu te vei alinia cu acel altceva decât ego-ul. Nu contează cât de bine arăţi sau cât de puternic eşti sau cât de inteligent, de bogat sau de talentat. Dacă permiţi setării prestabilite să-ţi determine faptele şi vorbele, nu te vei simţi bine şi nu vei fi fericit. Doar atunci când vei deveni bunătatea care este adevărata ta natură – adică, să vorbeşti şi să acţionezi în conformitate cu bunătatea ta înnăscută – te vei iubi pe tine şi, astfel, îi vei iubi şi pe ceilalţi şi viaţa. A fi bun este secretul fericirii. Alegerea bunătăţii în locul setării prestabilite este secretul fericirii.

Dar iată partea dificilă: Nimeni nu poate face asta pentru tine. Nu contează câte cărţi spirituale citeşti sau la câte retrageri spirituale participi şi nici cât de mult doreşti să te trezeşti, tot trebuie să decizi să nu urmezi tendinţele prestabilite. Oricât de mult ajutor primeşti pe calea spirituală, totul se reduce la responsabilitatea personală: Numai tu poţi alege bunătatea în locul a ce este prestabilit.

În plus, această alegere trebuie făcută în fiecare moment. Până la urmă, acest mod de a fi va deveni automat, dar până când se va întâmpla acest lucru, trebuie să alegi conştient împotriva căii minimei rezistenţe. Din fericire, cu fiecare alegere conştientă, devine din ce în ce mai uşor să alegi contrar celor prestabilite, căci se creează noi căi neuronale în creier. Cu fiecare alegere, noua cale se consolidează, iar calea minimei rezistenţe devine mai puţin atractivă şi mai puţin convingătoare.

Aceasta este munca. Aceasta este lucrarea ta spirituală. Nimeni nu a spus că va fi uşor. Atunci când sufletul tău a ales să vină aici, a ştiut în ce se bagă şi a spus: „Da, sunt gata pentru provocare!” Ai ales să fii aici, deşi majoritatea nu îşi amintesc să fi făcut această alegere.

Este important să ştii acest lucru, căci altfel s-ar putea să te simţi victimizat de viaţă. Dar nu eşti o victimă a vieţii, decât dacă crezi vocea din capul tău. Tu eşti viaţa însăşi, însuşi Dumnezeu întrupat. Tu eşti Dumnezeu, eu sunt Dumnezeu, toată lumea şi totul este Dumnezeu.

După cum ai observat, îmi place să-l echivalez pe Dumnezeu cu bunătatea. Este o abreviere uşoară. Ce este Dumnezeu? Dumnezeu este bunătate. Este Dumnezeu în tine? Este bunătatea în tine? Da! O poţi percepe. Este evident.

Aşadar, observă această bunătate şi află că bunătatea ta este Divinitatea ta. Celebreaz-o, manifest-o şi fii ea. Comportă-te aşa cum te face ea să te porţi, deoarece această bunătate nu este doar o experienţă energetică, ci este vie în tine. Bunătatea ta este Divinul viu în tine şi care te animă pe parcursul zilei. Aceasta este cine eşti, nici mai mult, nici mai puţin. Această bunătate, această iubire este suficientă. Ea conduce universul – ba chiar, universurile!

Îţi mulţumesc că eşti aici în acest univers. Îţi mulţumesc pentru atenţie. Această dorinţă de a lua parte la acest mesaj este chiar propria ta bunătate. Sunt mereu cu tine.»

Capitolul 9

ARTA DE A TRĂI

«Cum să trăieşti este o artă. Spun asta pentru că, la fel ca toate artele, cum să trăieşti este ceva ce trebuie învăţat prin încercare şi eroare, văzând şi făcând, prin experienţă. Şi este nevoie de multe experienţe pentru a afla ce trebuie învăţat. Cărţile te pot învăţa foarte multe, dar ceea ce sufletul tău trebuie să înveţe nu poate fi învăţat decât parţial din cărţi. Viaţa, în sine, te învaţă cum să trăieşti. Viaţa te modelează şi te schimbă într-un mod real şi de durată, aşa cum cărţile nu o pot face.

Viaţa îţi arată cum să trăieşti prin rezultatele alegerilor tale. Rezultatele formează învăţătura: Dacă alegi să nu iubeşti, atunci ceea ce rezultă din asta va fi o învăţătură. Şi dacă alegi să fii iubitor, atunci rezultatul acestei alegeri va fi o altă învăţătură.

Învăţarea este livrată în „carne şi oase”, ca să zic aşa, nu în mintea ta. La fel cum programarea egotică şi alte reacţii automate s-ar putea spune că sunt imprimate „în carnea şi oasele tale”, lecţiile vieţii sunt asimilate de tine la niveluri dincolo şi de sub minte. Este posibil să nu fii nici măcar conştient de ceea ce ai învăţat. Şi chiar dacă eşti conştient şi încerci să-i înveţi pe alţii ceea ce ai învăţat, ei vor avea totuşi nevoie de ceva experienţă de viaţă, căci altfel nu vor înţelege cu adevărat ceea ce tu ştii.

Nu există altă modalitate de a învăţa lecţiile vieţii, decât să te aşezi chiar tu la picioarele Vieţii ca să te înveţe.

La fel cum unu plus unu este întotdeauna egal cu doi, iubirea va da un rezultat, în timp ce neiubirea va da altul. Ca şi în matematică, rezultatele alegerilor tale sunt destul de consecvente: atunci când te comporţi cu iubire, te simţi bine la interior, iar când nu, nu te simţi bine. Viaţa este un profesor înţelept şi consecvent. În acest fel, viaţa este previzibilă – nu şi în multe alte aspecte –, dar în acest fel, aşa este.

Nu se poate spune acelaşi lucru despre oameni, care uneori răsplătesc faptele lipsite de iubire, iar faptele de iubire nu sunt răsplătite, dar aceasta este natura liberului-arbitru. Adesea, el se opune vieţii, marelui învăţător. În cele din urmă, Karma echilibrează lucrurile. Totuşi, oamenii reacţionează, în general, unul faţă de altul aşa cum este de aşteptat: Dragostea este, de obicei, răsplătită şi apreciată, în timp ce faptele lipsite de iubire nu sunt.

Ca un părinte înţelept şi bun, viaţa învaţă nu prin pedeapsă, ci prin consecinţe. Ceea ce trăieşti poate părea o pedeapsă, dar adevărul este că alegerile şi comportamentul tău duc la consecinţe invariabile, destinate să-ţi ofere un feedback corect şi să-ţi modeleze comportamentul într-o anumită direcţie. Această direcţie este către iubire.

Ca atunci când atingi o sobă fierbinte, nu trebuie să repeţi comportamentele negative, ci să înveţi din ele şi să nu le mai faci. Faptul că oamenii repetă adesea comportamentele negative şi suferă consecinţele nu este o dovadă a răutăţii Vieţii, ci a puterii programării egotice. Tendinţa de a te comporta în anumite moduri negative nu dispare cu uşurinţă. Programarea egotică este convingătoare şi, prin urmare, acest plan al existenţei umane este, neîndoielnic, „o şcoală a loviturilor dure".

Deci, ce ar putea să facă Viaţa? Trebuie să-ţi arate în mod constant cum să te comporţi, chiar dacă învăţarea este lentă şi consecinţele, dure. În ciuda densităţii acestui plan al existenţei, faptul că eşti învăţat să eviţi suferinţa constituie un act de bunătate, chiar dacă această învăţare vine tot prin suferinţă. Şi asta face viaţa. În final, înveţi să fii iubitor şi fericit. Înveţi să creezi o viaţă fericită.

Nu e vina vieţii că ego-ul are atâta influenţă. Aşa se întâmplă, pur şi simplu, şi faptul trebuie acceptat. Nici vina ta nu este. Nu este vina ta că

este atât de dificil să depăşeşti programarea implicită. Iar asta-i important de înţeles. Parte a programării egotice este să se autoînvinovăţească pentru că a fost prinsă în programarea prestabilită, dar asta doar adaugă mai multă suferinţă peste suferinţă.

Calea de ieşire din această dilemă este să ai compasiune pentru condiţia umană, că ai un ego şi tot ce presupune asta. Compasiunea pentru tine şi ceilalţi este primul pas în depăşirea programării implicite. Toată lumea este în aceeaşi barcă, aşa că se impune să ai compasiune şi pentru ceilalţi.

Prea des, oamenii sunt supăraţi pe viaţă, învinovăţindu-L pe Dumnezeu pentru suferinţa lor şi simţindu-se victimizaţi. Furia şi vina îi împiedică să vadă şi să depăşească adevăratul motiv al suferinţei lor: percepţiile şi tendinţele ego-ului lor. Problema nu vine de la felul cum stau lucrurile, ci de la modul în care ego-ul îi determină să se comporte, ceea ce produce rezultate neplăcute.

Compasiunea este calea de ieşire, deoarece, ori de câte ori o manifeşti pentru tine sau pentru ceilalţi, sinele tău divin iese în faţă, iar ego-ul trebuie să se retragă. Când sinele tău divin apare, ştie cum să se comporte cel mai bine. Ştii să fii bun şi să faci bine! Adevărata ta natură este iubitoare şi bună. Dar când sinele divin nu este în prim-plan, consecinţele nu vor fi, probabil, la fel de bune, pentru că te întorci la şcoala vieţii.

Când eşti aliniat cu sinele divin, eşti aliniat cu viaţa şi nu mai eşti elevul vieţii. Ci eşti chiar viaţa. Ai lăsat în urmă ego-ul uman cu tendinţele sale negative. Eşti în fluxul vieţii, ceea ce-i uşor şi simplu.

Să fii în flux este uşor, deoarece nu provoci o nevoie imediată de a primi o lecţie. Deocamdată, eşti în afara Karmei, cât timp eşti în flux. Doar când te pierzi în iluzia sinelui separat, atunci ai nevoie de lecţii care te îndreaptă spre iubire.

Lecţia principală a întregii tale evoluţii este să vezi că tu nu eşti un sine separat, ci iubirea însăşi. Când te vezi ca fiind separat de restul, care este funcţia îndeplinită de ego, suferi. Şi când te simţi ca fiind divin – ca iubire – care se exprimă prin forma ta individuală, nu suferi. Provocarea şi lecţia generală a acestor vieţi omeneşti este să înţelegi că nu eşti sinele criticant, meschin, nemulţumit, egocentric care te consideri a fi, ci sinele divin, pe care suferinţa te ajută să-l descoperi.

Este acesta un salt atât de mare?! Eşti şi ai fost întotdeauna o întruchipare a Divinului, dar poate că nu-ţi dai seama de acest lucru. Oricum, n-ai cum să nu trăieşti sinele tău divin. Vălul iluziei aruncat de sinele fals nu este atât de statornic sau impermeabil. Fluctuează. Pâlpâie. Nu poate fi menţinut. Nu te identifici întotdeauna cu gândurile tale, iar atunci când nu o faci, trăieşti adevărata ta natură, chiar şi numai pentru un scurt timp.

Sinele tău adevărat este chiar aici. El citeşte aceste cuvinte. Priveşte prin ochii tăi. Este cel care simte scaunul şi podeaua de sub tine. Este cel care gesticulează, vorbeşte, respiră, face totul. Sinele fals nu face nimic, pentru că sinele fals este iluzoriu. Nu este altceva decât nişte idei despre tine. Este o iluzie aceea că sinele fals ar face ceva.

Doar că adevăratul sine permite existenţa acestei iluzii. Permite eului iluzoriu să pară că preia aceste funcţiuni, dar nu există niciun sine fals care să audă sau să citească sau să trăiască ceva. Sinele fals este un miraj, un pretins sine, în timp ce sinele divin nu lipseşte niciodată. Reflectează la asta pentru un moment, fiindcă sinele divin este atât de aproape, încât este trecut cu vederea. Asta-i tot. Repet: sinele tău divin nu lipseşte niciodată.

Pentru o perioadă în evoluţia ta, sinele fals a servit la ceva. Nu realizezi adevărul despre tine decât în ultimele tale vieţi, când această realizare devine scopul vieţii tale, aşa cum se întâmplă cu mulţi dintre voi. În vieţile anterioare, când credeai că eşti sinele fals, ai avut alte lecţii, multe lecţii umane, legate de ego, dorinţă, emoţii şi auto-dezvoltare. Programarea egotică creează toate lecţiile de care ai nevoie ca fiinţă umană, iar atunci când lecţiile au atins un anumit nivel de finalizare, atunci este timpul să te trezeşti la adevăr: nu eşti, de fapt, om, ci Divinul întrupat – şi aşa sunt toţi şi totul.

Viaţa te ghidează cu atenţie în această călătorie umană către punctul său culminant: descoperirea a cine eşti cu adevărat. S-ar putea să crezi că tu îţi creezi şi îţi modelezi viaţa, ceea ce şi faci într-o oarecare măsură prin alegerile tale. Dar mai există o influenţă modelatoare mult mai puternică, care co-creează viaţa împreună cu tine şi are un proiect clar.

Viaţa ta arată într-un anumit mod, deoarece a fost proiectată pentru tine cu colaborarea ta. Este concepută perfect pentru creşterea ta. Alegerile tale libere îi arată Vieţii de ce lecţii ai nevoie, dar Viaţa mai ştie

exact şi ce are nevoie sufletul tău pentru a trece la următorul nivel al existenţei sale. Sufletul tău are un plan de studii, iar rezultatele alegerilor tale de zi cu zi sunt doar o parte din acest curriculum.

Poţi avea încredere că viaţa te învaţă ceea ce trebuie să înveţi. Fii convins că viaţa te învaţă întotdeauna ceva, chiar dacă nu conştientizezi, şi aşa se întâmplă adesea. Încearcă să observi ce anume încearcă viaţa să te înveţe. Cooperează cu ea. Lasă viaţa să te poarte pe drumurile ei. Spune "da" vieţii şi las-o să te ducă spre iubire.

Îţi mulţumesc că ai fost prezent. Îţi mulţumesc că ai fost deschis la acest mesaj. Eu sunt mereu cu tine.»

Capitolul 10

ACASĂ

«Toată lumea ştie ce înseamnă Acasă. O ştii din experienţa simplă, cotidiană, de a ajunge acasă după ce ai fost plecat şi, de asemenea, o ştii din experienţa spirituală mai profundă de a fi Acasă, sau aliniat cu natura ta divină. Oamenii adoră să fie acasă pentru că se simt într-un anumit fel. Fie că ajungi la casa ta fizică sau Acasă, în Prezenţă, te simţi bine acasă.

Cum ai descrie senzaţia de acasă? Este un sentiment de relaxare, desigur, o senzaţie de „Ahhh", căci te poţi relaxa în sfârşit şi să fii aşa cum eşti tu. Când ajungi la tine acasă, poţi renunţa la mască, la figura publică şi la rolurile pe care le joci cu ceilalţi şi să fii, pur şi simplu, fără toate acestea. Şi când faci asta, vii Acasă la sinele tău spiritual.

Ceea ce mai rămâne atunci când renunţi la personajul şi rolurile tale este nimeni, o experienţă a fiinţei pure. Când eşti nimeni, eşti Acasă, spiritual vorbind, şi atunci te poţi simţi ca acasă chiar şi în mijlocul lumii.

Când eşti nimeni, devii cea mai bună versiune a ta. Nu-i aşa că, atunci când nu eşti deloc concentrat pe tine, eşti cel mai fericit şi te simţi cel mai în largul tău cu tine şi cu ceilalţi?! Acesta este unul dintre paradoxurile vieţii: Atunci când îţi pierzi sinele, câştigi tot ceea ce ţi-ai dorit vreodată: fericirea după care tânjeşti şi uşurinţa de a exista, care îţi

deschid o inimă iubitoare şi generoasă. Când îţi pierzi sinele, te simţi bine şi îi faci pe ceilalţi să se simtă bine.

Când devii nimeni, ceea ce pierzi este conştiinţa-de-sine, auto-centrarea şi egoismul. Aceste cuvinte, cu accentul lor pe sine, ascund adevărul: acest sine te împiedică să te simţi ca acasă în lume. Când eşti acasă, în ambele sensuri ale cuvântului, nu eşti conştient-de-sine, centrat-pe-sine sau egoist. Doar eşti.

Nu toţi sunt capabili să fie doar ceea ce sunt, chiar şi atunci când stau singuri acasă. Nu au învăţat să fie un nimeni. Chiar acasă fiind, îşi cară în continuare identităţile şi rolurile. Asta se întâmplă din cauza faptului că mintea lor păstrează identităţile şi rolurile chiar şi atunci când ele nu mai sunt necesare. Ei îşi aduc sinele la suprafaţă iar şi iar, în fiecare nou moment, cu gânduri despre „eu". Când eşti Acasă, spiritual vorbind, tocmai asta încetezi să mai faci, ceea ce îţi permite să fii acasă cu tine însuţi, Acasă în interiorul tău. Când eşti Acasă, cu majusculă, nu te gândeşti la tine, deşi s-ar putea să te gândeşti la ceva ce-ţi place, ceva care nu implică reimaginarea sinelui, reconstituirea lui.

Numai gândurile despre „eu" sunt cele care creează sinele fals. Alte gânduri nu sunt o problemă. Nu te îndepărtează neapărat de adevărata ta natură. Poţi să scrii sau să citeşti sau să creezi, de exemplu, fără ca vreun gând despre propria persoană să se amestece cu experienţa respectivă. În acest caz, te bucuri profund, tocmai pentru că eul nu este acolo.

„Eul" este cel care împiedică oamenii să se simtă ca acasă cu ei şi cu ceilalţi. Este interesant, nu-i aşa? Majoritatea oamenilor sunt îndrăgostiţi de gândurile lor despre „eu" şi le dau o atenţie enormă. Sunt fascinaţi de ele. „Eu" este subiectul lor preferat, atunci când sunt singuri sau cu alţii. Dar acum, îţi sugerez că aceste cele mai iubite dintre toate gândurile tale, de fapt, te ţin la distanţă de ceea ce îţi doreşti cel mai mult. Acesta este adevărul.

Este important să vezi adevărul. Dacă nu o faci, nu vei fi motivat să trăieşti viaţa ca un nimeni, şi ar fi păcat. Când eşti îndrăgostit de gândurile despre tine, asta te împiedică să ai tot ceea ce îţi doreşti cu adevărat. Faptul că îţi adori gândurile despre tine face parte din programarea care menţine ego-ul la locul său. Dacă nu ai fi fost programat să iubeşti gândurile despre tine, ele nu ar fi fost la fel de convingătoare. Egocentrismul ego-ului menţine ego-ul la locul său. Ego-

ul este un sistem cu auto-susţinere în multe aspecte – şi, literalmente, se susţine pe sine!

Cine ai fi tu dacă nu ai fi acest „eu”? Ce înseamnă să fii nimeni? Cum te simţi? Oricine ştie cum este a fi nimeni, pentru că toată lumea petrece ceva timp în fiecare zi fiind nimeni, de exemplu, chiar înainte să adormi şi imediat după ce te trezeşti, înainte ca ideile despre tine şi viaţa ta să apară, şi în multe alte clipe pe timpul zilei.

A fi nimeni s-ar putea să nu pară ceva atrăgător, dar a fi nimeni îţi dă o senzaţie foarte plăcută, precum că ai fi acasă, cea mai bună experienţă de a fi acasă. A fi nimeni este un scop meritoriu. Este, de fapt, obiectivul căii spirituale, deşi oamenii, în general, nu privesc aşa. Mulţi oameni spirituali încă încearcă să fie cineva: cineva spiritual, cineva care este treaz sau iluminat.

Dar acesta este paradoxul: Nu poţi fi cineva şi, în acelaşi timp, să fii cel mai bun eu al tău, sinele tău divin. Nu poţi fi cineva şi, în acelaşi timp, să fii trezit sau iluminat. Trebuie să-ţi pierzi sinele mai întâi, abandonându-ţi gândurile despre tine şi viaţa ta. Asta-i totul, cu adevărat. Chiar şi acum, eşti în mod natural bun, natural divin, dar gândurile tale despre tine se amestecă în această cunoaştere şi în trăire.

Pe calea spirituală, trebuie făcut un sacrificiu. Ceea ce trebuie sacrificat este simţul persoanei: sinele fals. Nu poţi fii cineva şi să fii treaz în acest moment, să fii în Prezenţă. Acestea sunt stări de conştiinţă care se exclud reciproc. Preţul pe care trebuie să îl plăteşti pentru a fi treaz în orice moment este sinele pe care l-ai iubit, l-ai urât şi care te-a obsedat. Nu aduci acel sine cu tine Acasă. Trebuie să-l laşi la uşă. Toate gândurile despre “mine şi viaţa mea” trebuie să plece sau să fie văzute drept ceea ce sunt – ca aparţinând lumii iluzorii a sinelui fals, ca nereale, nefiind cine eşti în realitate.

Te poţi bucura în continuare să-ţi joci personajul, dar în acelaşi timp, ştiind că tu eşti dincolo de simţul persoanei, de toate identităţi şi rolurile. Atunci, îţi poţi purta rolurile şi identităţile mult mai uşor, precum costumele pe care le îmbraci pentru scurt timp atunci când ieşi în lume. Dar nu este nevoie să le porţi acasă. De fapt, pentru a fi Acasă, în sensul spiritual al cuvântului, nu le poţi purta.

Când îţi dai jos costumul, te recunoşti ca fiind golul spaţios care a creat totul şi se exprimă prin tot. Totuşi, pentru a fi clar, tu nu eşti o

expresie individuală a acestei spaţialităţi. Ci nu experimentezi nicio individualitate, niciun simţ al existenţei ca individ. Nu mai eşti de găsit nicăieri. Această spaţialitate nu este conţinută în nimic – nici în tine, nici măcar într-o persoană iluminată –, ci pătrunde totul. Este fără graniţe.

Când îţi pierzi simţul „eu”-lui, nu exişti undeva ca un „eu” diferit, îmbunătăţit. Ci nu exişti deloc! A spune: „Sunt spaţialitate” sau „Sunt nimeni” este inexact, deşi nu avem altă modalitate de a vorbi despre aceste lucruri, decât să folosim un astfel de limbaj dualist. Nu există „eu”. Nicăieri nu există niciun sine individual. Toate persoanele individuale sunt un miraj. Sunt gândite într-o existenţă imaginară. Tu eşti aici, eşti viu, dar nu există un tu, ci doar conştiinţa care animă un corp sau orice altceva: ea este un ceva, un singur ceva care face totul.

Când îţi pierzi gândurile despre „eu”, câştigi totul. Nu numai că câştigi pace şi fericire, dar te simţi ca fiind pretutindeni şi în orice, deci câştigi literalmente totul. Simţul identităţii tale se extinde în tot ceea ce vezi şi experimentezi. Copacii şi florile şi pământul şi cerul se petrec în interiorul tău. Nu eşti separat de nimic. Totul se întâmplă în interiorul „tău”. Asta se întâmplă când devii nimeni: În acelaşi timp, devii totul. Este plăcut? Absolut. Este experienţa pe care tu, ca suflet, ai dorit-o de-a lungul timpului, să te întorci Acasă la adevărata ta natură.

Am mai vorbit despre dragoste ca fiind dispozitivul de ghidare spre acasă, dar această învăţătură foarte importantă merită repetată. Te întorci Acasă prin iubire. Ori de câte ori alegi iubirea în locul gândurilor tale cu „eu”, eşti răsplătit cu mai multă iubire. Când oferi dragoste, sentimentul bun lăuntric îţi spune că mergi într-o direcţie bună, iar acel sentiment bun te încurajează să continui în această direcţie. Acest sentiment de iubire îţi spune când eşti Acasă sau pe drumul către Acasă şi îţi arată cum poţi ajunge. Şi sentimentul acesta de iubire te sprijină în călătoria ta.

Acasă este experienţa iubirii şi asta îşi doreşte cu adevărat orice fiinţă umană. Ai o mulţime de programe care te conduc, dar şi dragostea face parte din programarea ta. Eşti construit să te îndrepţi spre iubire, iar dragostea câştigă în cele din urmă contra ego-ului.

Programarea egotică nu este mai puternică decât iubirea. Te afli sub vraja ego-ului doar până când îţi termini lecţiile pe care programarea egotică a fost concepută să le creeze. Ego-ul a fost profesorul tău.

Suferinţa a fost profesoara ta. Dar odată ce eşti gata să devii iubire, Acasă se iveşte şi suferinţa se poate sfârşi. Dragostea te va tot trage spre Acasă până vei ajunge, ceea ce va fi, într-adevăr, foarte plăcut.

Vă mulţumesc că aţi fost aici. Vă mulţumesc pentru deschiderea către iubire. Eu sunt cu voi mereu.»

Capitolul 11

SĂ VEZI FRUMUSEŢEA PRETUTINDENI

«Când eşti trezit sau iluminat, vezi frumuseţea peste tot, chiar şi în ceea ce nu este considerat frumos de normele convenţionale. Asta, pentru că, atunci când eşti trezit sau iluminat, vezi prin alţi ochi, nu cei convenţionali. Înainte de trezire, ai un etalon de frumuseţe, anumite imagini şi idei despre ceea ce este frumos, care te determină să treci cu vederea o mare parte din frumuseţea din lume şi din oameni.

Ego-ul vede lumea printr-o lentilă a dualităţii: bună sau rea, frumoasă sau mai puţin frumoasă, plăcută sau neplăcută, pentru sau contra "mea". Ego-ul nu cuprinde decât o mică parte din viaţă şi trece cu vederea sau respinge restul. Această respingere a unei mari părţi din viaţă creează multe din suferinţele pe care le trăiesc oamenii. Orice nu-i place ego-ului are potenţialul de a-l face nefericit. Şi sunt o mulţime de lucruri care te pot împiedica de a fi fericit şi în pace.

O mare parte din ceea ce îi place şi nu-i place ego-ului este arbitrar şi programat, nu are nicio legătură cu raţiunea, simţul practic sau chiar supravieţuirea. Preferinţele ego-ului nu sunt doar „Îmi plac căţeluşii şi nu-mi plac tigrii", ceea ce ar fi de înţeles din perspectiva supravieţuirii. Preferinţele ego-ului nu se referă atât la supravieţuire, cât la crearea unei identităţi: „Sunt cineva căruia îi place x şi nu-i place y. Acesta sunt eu." Motivul pentru care ego-ul respinge atât de mult din lume şi oameni este că acest lucru îi oferă o identitate. Sinele fals este construit din atracţii şi repulsii.

Aşa se explică de ce schimbarea preferinţelor şi credinţelor poate părea foarte ameninţătoare: Punerea la îndoială a preferinţelor şi, mai ales, a credinţelor tale ridică întrebarea mai profundă despre cine eşti. Cine eşti tu fără ele?

Opui multă rezistenţă la astfel de schimbări, din cauza a ceea ce presupui că ar spune despre tine. Oare înseamnă că ai greşit sau că erai nebun să îţi placă sau să crezi acel lucru? Întotdeauna, ego-ului îi vine greu să recunoască aşa ceva şi este un motiv pentru care oamenii nu-şi pun la îndoială credinţele, adică identitatea lor personală. Oare dacă ai fi dispus să-ţi schimbi convingerile, ce ar însemna asta? Ar însemna că eşti neloial? Nestatornic? Că nu eşti de încredere? Că nu ştii ce vrei? Oamenii nu vor să-şi asume nici aceste aspecte personale, ceea ce este un alt obstacol.

Şi cum îţi va afecta viaţa schimbarea credinţelor, a identităţii personale? Oare te vor respinge prietenii şi familia? Cine îţi vor deveni prieteni? Vă veţi potrivi? Ce se va întâmpla cu tine? Acestea sunt câteva dintre preocupările care împiedică oamenii să fie mai flexibili cu privire la convingerile lor şi să exploreze mai profund cine sunt cu adevărat.

Un atentat la identitatea personală poate fi resimţit chiar ca o problemă de supravieţuire: „Oare cei care gândeau ca mine se vor întoarce împotriva mea când nu voi mai fi ca ei?" La un nivel profund, primitiv, există sentimentul că viaţa îţi este în pericol dacă schimbi ceea ce îţi place sau ce crezi. Pentru ego, să-şi schimbe preferinţele şi credinţele – adică, identitatea personală – este o problemă de viaţă şi de moarte.

Şi totuşi, sunt preferinţele şi credinţele tale mai importante decât iubirea, mai importante decât să îmbrăţişezi întreaga viaţă? Preferinţele şi credinţele îţi limitează deschiderea în faţa vieţii şi asta este problema.

Lumea ego-ului este limitativă. Există mult mai multe lucruri de care poţi să te bucuri şi pe care poţi să le îmbrăţişezi, decât lucrurile şi oamenii pe care ai ales făţiş să-i îmbrăţişezi. Ce-ar fi dacă ai ţine la preferinţele şi convingerile tale mai puţin şi ai fi mai flexibil?! Ce-ar fi să nu respingi nimic şi pe nimeni?! Chiar dacă nu ai îmbrăţişa totul şi pe toţi, ci, pur şi simplu, ai fi mai deschis la orice şi la toată lumea, aceasta ar fi o schimbare foarte mare pentru majoritatea oamenilor, care le-ar îmbunătăţi viaţa.

Există atât de multe lucruri în această lume de care să te bucuri: atâta frumuseţe, atât de multe lucruri pe care le-ai putea face şi explora, atât de multe ai putea crea, atât de multe persoane de la care ai putea învăţa. Dar majoritatea oamenilor trăiesc într-o lume mică, care le reflectă preferinţele şi credinţele.

Nu spun că ar fi ceva în neregulă cu asta. Acest lucru este firesc, dar este bine să-ţi dai seama cât de mult îţi modelează viaţa preferinţele şi credinţele şi să nu le laşi să fie excesiv de limitative. Tot ce spun este că e bine să te extinzi uneori şi să fii deschis la activităţi noi, perspective noi şi oameni noi.

O modalitate de a te extinde este prin simpla practică de a vedea frumuseţea în toată lumea şi în toate, în lucrurile obişnuite şi cele mai banale. Nu este atât de greu să faci asta. Cheia pentru a întrerupe obiceiul minţii de a trece cu vederea frumuseţea din viaţă este să înveţi să dai atenţie lucrurilor la care nu dai atenţie de obicei.

Singurul mod în care nu poţi găsi frumuseţea în ceva sau cineva este să nu-i acorzi atenţia deplină şi, în schimb, să dai atenţie gândurilor tale. Dacă atenţia ta se concentrează pe ceva, inclusiv pe o persoană, suficient de mult timp fără gânduri, vei simţi un gen de frumuseţe acolo, dacă nu chiar o frumuseţe convenţională.

Cel care îşi focalizează atenţia este eul tău divin, care este îndrăgostit de toate. Deoarece sinele divin recunoaşte totul ca fiind el însuşi, simte că totul este demn de iubit şi frumos în sine. Ori de câte ori acorzi atenţie unui lucru suficient de mult timp, sinele tău divin apare în prim-plan, iar asta îţi permite să experimentezi sinele divin pe durata acestei focalizări.

Acest lucru este valabil pentru orice lucru căruia îi dai atenţie. Sinele divin îşi revarsă dragostea asupra orice percepe. Totuşi, de obicei, se întâmplă că gândurile interferează cu această atenţie şi aluneci în realitatea virtuală a minţii, adică ideile sale despre lucrul căruia îi dai atenţie. Şi atunci, nu mai îi acorzi atenţie, adică nu mai eşti prezent doar pentru acel lucru, ci dai atenţie ideilor, dorinţelor sau sentimentelor despre el. Sau eşti mai prezent în realitatea virtuală şi te gândeşti complet la altceva.

Atunci când acorzi atenţie la orice ar fi un timp suficient, el devine frumos, uimitor, un miracol. Devine ca iubitul tău şi te umpli de

recunoştinţă. Acest lucru este evident în relaţiile cu persoanele pe care le iubeşti, inclusiv cu animalele de companie. Pe măsură ce le priveşti atent, oferindu-le atenţia ta completă şi nefragmentată (nefragmentată de gânduri), iubirea curge de la tine spre ele. Când se întâmplă acest lucru, s-ar putea să ai impresia că ele sunt cauza iubirii tale, dar, de fapt, atenţia ta totală şi fără gânduri face ca dragostea din interiorul tău să înceapă să curgă în lume.

Acest lucru este important de înţeles, deoarece înseamnă că ai putea să-ţi acorzi atenţia completă lucrurilor sau oamenilor cărora nu le acorzi în mod normal atenţie sau de care chiar nu îţi place, şi ai simţi acelaşi flux de iubire pentru ei.

Aşadar, asta vă sugerez să faceţi ca practică. Daţi deplină atenţie lucrurilor şi persoanelor pe care le întâlniţi, inclusiv celor care nu vă plac în prezent şi vedeţi câtă dragoste şi frumuseţe puteţi simţi în orice şi oricine.

Această practică este încă un exemplu legat de ceea ce vă spuneam recent, când vă sugeram să vă comportaţi ca şi cum aţi fi iluminaţi. Cei care sunt iluminaţi acordă atenţie totală vieţii cu uşurinţă şi în mod natural, deoarece nu mai sunt captivaţi de vocea din capul lor. Aceste gânduri nu-i mai afectează şi nu mai distorsionează experienţa lor de viaţă. Fără ele, participă firesc la orice vine din fluxul vieţii în orice clipă.

Aceasta este o descripţie a stării de iluminare. Aşadar, prescripţia pentru iluminare este să faceţi identic şi cât mai bine: Fiţi prezenţi la ceea ce apare din flux în fiecare moment, cât puteţi mai bine şi fără amestecul vocii din cap. Astfel de gânduri, în mod evident, nu sunt necesare, deoarece iluminaţii funcţionează armonios fără să aibă de-a face cu ele.

Intenţia de a da atenţie vieţii în acest fel este primul pas şi unul foarte important. Cu toate acestea, trebuie să spun că, fără practica meditaţiei, va fi dificil să acorzi pe deplin atenţie vieţii – să fii prezent.

Meditaţia este un mod de a exersa să fii prezent fără provocările suplimentare cauzate de activităţile vieţii, care agită mintea. Când corpul tău este nemişcat, aşa cum se întâmplă în meditaţie, mintea se linişteşte în mod natural, făcându-ţi mai uşor să dai deoparte gândurile. De aceea, este util să exersezi întâi să rămâi prezent în meditaţie, înainte de a încerca să fii prezent în timpul ocupaţiilor tale. În orice caz, încearcă să

fii prezent şi în viaţa de zi cu zi, dar aceste încercări vor fi mult ajutate de o practică meditativă.

Motivul pentru care, atunci când eşti cu adevărat prezent, frumuseţea este atât de accesibilă este că, fiind prezent, poţi să priveşti viaţa prin ochii Divinului. Când eşti prezent, vezi frumuseţea pe care şi Divinul o vede când priveşte prin ochii tăi. Când eşti prezent suficient de mult timp, devii dragostea. Tu eşti dragostea, iar dragostea vede frumuseţea peste tot.

Vă mulţumesc că aţi fost prezenţi. Vă preţuiesc şi sunt aici să vă susţin în orice fel pot. Sunt mereu cu voi.»

Capitolul 12

LINIŞTE ŞI NECLINTIRE

«Se pare că nu ai avea nevoie de instrucţiuni pentru a exista, şi totuşi, doar-să-fii este unul dintre cele mai grele lucruri de făcut. Setarea ta implicită este să faci – să faci aproape orice, în loc doar să fii. "A fi" este anatema pentru ego, deoarece ego-ul nu poate exista atunci când tu doar-eşti. Aceasta ar putea fi chiar definiţia lui "doar a fi": este o stare în care ego-ul s-a predat. Ceea ce creează şi menţine ego-ul – activitatea, în special activitatea mentală – nu mai funcţionează.

Există o legătură puternică între ego şi activitate. Vocea din capul tău nu numai că te ţine implicat în activitatea mentală, ci este implicată în mare măsură şi în dirijarea activităţilor tale fizice. Deci, oprind aceste activităţi, ego-ul este slăbit şi scos de pe linie.

Puţini oameni îşi dau seama că ego-ul este cel care le dirijează activităţile. Cred că ei decid ce fac, când, de fapt, ego-ul alege pentru ei. Ei urmează vocea din cap fără s-o pună la îndoială.

Oamenii au o voinţă liberă, dar nu este chiar prea liberă până nu vezi acest mare adevăr: Vocea din capul tău este vocea ego-ului. El conduce spectacolul, iar tu crezi că o faci tu. Dar, de fapt, viaţa ta este orchestrată de către cel mai primitiv aspect al tău. Acesta este motivul pentru care în

lume există atâta durere şi greutăţi. Majoritatea oamenilor ascultă de un stăpân aspru şi nesocotit.

Eşti mult mai mult decât asta! Cei care duc vieţi fericite şi împlinite au învăţat să nu facă voia celor mai joase instincte şi impulsuri ale ego-ului. Au învăţat să fie buni, asimilând credinţe şi atitudini pozitive, ceea ce i-a ajutat să depăşească influenţele negative ale vocii din cap. Au învăţat să asculte o mare parte a timpului de altă voce mai înţeleaptă, "mica voce liniştită". Cu toate acestea, ei încă nu sunt neapărat liberi de vocea din capul lor. Încă mai cred că această voce reflectă cine sunt ei şi, adesea, încă o cred.

Există o altă stare de conştiinţă dincolo de aceasta, în care recunoşti că vocea din cap nu este cine eşti, că cea mai mare parte din ceea ce spune nu este de încredere şi că nimic din ceea ce spune nu este necesar ca să funcţionezi. Acest lucru devine evident pentru cei care s-au detaşat suficient de ea, de obicei datorită unei schimbări de conştiinţă care le-a permis să simtă cine sunt cu adevărat. Fără o asemenea Graţie, tot ce poţi să faci este să-ţi dezvolţi suficient raţiunea şi autocontrolul pentru a trece peste vocea din cap o parte, dacă nu chiar cea mai mare parte a timpului. Dar pentru a te elibera de această voce, vei avea nevoie de puţin Har.

Harul vine la timpul său. Evoluezi după un calendar perfect pentru sufletul tău. Totuşi, poţi face unele lucruri pentru a grăbi sosirea Graţiei. Unul dintre cele mai importante lucruri pe care le poţi face este "doar să fii": „Stai liniştit şi află că eu sunt Dumnezeu". Această frază din Biblie nu se referă la un Dumnezeu exterior, ci la Divinul din interiorul tău. Stai liniştit, opreşte orice activitate şi descoperă că Dumnezeu locuieşte în tine (şi în orice). Caută Liniştea din interiorul tău – întoarce-te spre ea şi intră în armonie cu ea – şi vei ajunge în cele din urmă să o cunoşti.

Când întreaga activitate este oprită, atât fizic, cât şi mental, este posibil să experimentezi ceea ce stă la baza şi se află dincolo de această viaţă umană. Eşti menit să fii om şi trebuie să fii activ în lume, dar nu eşti numai om. Divinitatea ta – cine eşti tu cu adevărat – este trăită în tăcerea lui "doar a fi". Pentru aceasta, nu este necesară o linişte exterioară, ci tăcerea mentală. Pentru a trăi cine eşti cu adevărat, mai ales activitatea mentală trebuie să se oprească, în special gândurile care învie continuu falsul sine – toate gândurile cu şi despre „eu".

De fapt, gândurile cu „eu” nu trebuie neapărat să se oprească, şi probabil că nici nu e posibil; tot ce trebuie să faci este să nu le mai asculţi. La fel cum pot apărea sunete pe care nu le observi, deoarece nu eşti atent la ele, poate exista o voce în cap pe care să nu o observi, deoarece nu eşti concentrat asupra ei.

“Doar a fi” este o stare în care nu mai eşti concentrat pe gândurile care îţi trec prin minte sau chiar pe senzaţiile pe care le-ai putea avea, ci pe dimensiunea mai subtilă, spirituală a vieţii în care s-ar putea spune că trăieşte sinele tău divin. Această dimensiune spirituală se află sub lumea senzorială şi este accesibilă prin simţuri, dar este o experienţă mai subtil-energetică decât simţurile fizice.

Dacă doreşti să experimentezi cine eşti cu adevărat, sinele tău divin, trebuie să îţi deplasezi atenţia de la gânduri şi chiar de la simţuri şi să te acordezi la ceva care este dincolo de acestea. Cuvintele o pot doar indica, dar îţi poţi găsi destul de uşor calea către Liniştea lăuntrică, care nu este chiar atât de liniştită.

Tărâmul subtil este familiar majorităţii dintre voi, chiar dacă îl atingeţi doar pentru scurte perioade. Iar cei care meditaţi, cu siguranţă, îl cunoaşteţi. Deoarece tărâmul subtil este trecut cu vederea şi subestimat de minte, puţini îşi fac timp să cultive starea de “doar a fi”. Acest lucru este cultivat prin meditaţie. Pe măsură ce înveţi să-ţi observi mintea în meditaţie şi, astfel, să te distanţezi faţă de ea, vei aluneca în “doar a fi” sau Linişte ori Neclintire.

Liniştea este întotdeauna acolo şi te poţi acorda la ea în orice moment, deşi pare să dispară atunci când eşti activ în lume sau te pierzi în gândire. Nu trebuie să se întâmple aşa. Poţi învăţa să simţi Liniştea din centrul fiinţei tale chiar şi în timpul activităţilor. Totuşi, pentru ca acest lucru să se întâmple, trebuie să se schimbe modul cum te raportezi la activitate.

De obicei activitatea, aşa cum am spus, este dirijată de ego, iar în acest caz, probabil că nu vei experimenta Liniştea sau Neclintirea. Odată ce ego-ul te-a luat în stăpânire, te împinge să forţezi lucrurile, să te grăbeşti, să critici şi să ai alte asemenea iniţiative negative ca să te facă să eviţi Liniştea. Dar mai există şi o altă posibilitate, anume ca activitatea să răsară din flux – chiar din Linişte. Aceasta este o experienţă foarte diferită de cea în care activităţile tale sunt dirijate de ego.

Deci, cum treci de la un mod de a-ţi trăi viaţa la celălalt? Aceasta este întrebarea-cheie. Câteva lucruri sunt implicate în această schimbare de conştiinţă. În primul rând, trebuie să fii conştient de gândurile tale. Apoi, trebuie să te fi distanţat destul de ele ca să ai posibilitatea de a alege – adică, dacă să le crezi şi să le urmezi sau dimpotrivă. Şi în al treilea rând, trebuie să ai o anumită experienţă a Liniştii şi a răsplatei care rezultă din ea, căci altfel, de ce ai încerca să te eliberezi de vocea din cap?!

Pentru a face efortul necesar să te detaşezi de minte, trebuie să ai suficientă motivaţie. Suferinţa este un factor motivant important, dar ea nu este de ajuns pentru a te scoate de sub influenţa vocii din cap. Trebuie să fi şi gustat din ceea ce este cu putinţă. Există şi un alt mod de a trăi, dar trebuie să-l experimentezi, nu doar să-ţi vorbească cineva despre el. Trebuie să experimentezi Liniştea, şi nu doar o dată.

Din fericire, trăirea Liniştii nu cere foarte mult. Dorinţa şi intenţia sunt cruciale, precum şi practica meditaţiei. Dacă nu eşti dispus să practici meditaţia, este în regulă, dar progresul spiritual va fi mult mai rapid dacă meditezi zilnic. Subliniez acest aspect.

Meditaţia îţi va oferi experienţa Liniştii sau Neclintirii şi atunci vei şti către ce te îndrepţi şi ce este spiritual cu putinţă, dincolo de orice idei frumoase pe care le-ai putea avea cu privire la acest lucru. Practicarea meditaţiei te va ajuta, de asemenea, să experimentezi Liniştea mult mai des în mijlocul vieţii de zi cu zi.

Înveţi un nou mod de a fi, iar acest lucru nu se întâmplă peste noapte. Ca şi în cazul oricărei învăţări, a învăţa să fii în Linişte necesită dorinţă, alegere şi efort. Îţi antrenezi creierul să funcţioneze diferit de cum e prestabilit. Pentru ca starea ta de conştiinţă să se schimbe, trebuie să aibă loc schimbări fizice în creier. Aceste schimbări au loc prin repetiţie – prin practică. Aşa cum toate obiceiurile rele sunt create prin repetare, din fericire, la fel se întâmplă şi cu cele bune.

Meditaţiile ghidate sunt o modalitate excelentă de a începe cu meditaţia, mai ales dacă ţi se pare prea dificil să stai liniştit sau să meditezi. Oricine poate asculta o meditaţie ghidată şi să o considere plăcută. Acest mod de a medita este lipsit de efort, lăsându-te condus prin cuvinte în experienţa Liniştii.

Acum, voi folosi ultimele momente disponibile pentru a te ajuta să experimentezi Liniştea într-un fel de meditaţie ghidată.

Stai aşezat sau întins şi observă ce simte corpul tău în timp ce atinge orice ar atinge. Observă toate zonele corpului unde este în contact cu ceea ce te sprijină: spatele, şezutul, picioarele, tălpile. Odihneşte-te un moment, menţinând atenţia asupra acestor simple senzaţii de contact.

Acum, observă cât de natural te cufunzi în aceste senzaţii, doar prin această intenţie, şi rămâi aşa pentru un timp. Observă ce se întâmplă chiar acum, când sugerez asta, căci probabil ai pătruns deja mai adânc în aceste senzaţii faţă de când am început.

Atâta timp cât asculţi aceste cuvinte, nu mai gândeşti, deci permite-i Conştienţei să se mişte între ascultarea acestor cuvinte şi simţirea a ceea ce sugerez. Observă ce se întâmplă acum, pe măsură ce te afunzi mai adânc în senzaţiile simple ale corpului care atinge ceea ce atinge. Nu eşti atent la nimic altceva, decât la vocea mea şi la senzaţiile pe care le simţi în acest moment.

Cum sunt aceste senzaţii? Nu trebuie să le descrii mental, ci să le trăieşti. Cum este această experienţă? Este plăcută, nu-i aşa? Cum este plăcerea asta? Este dragostea universului! Este Liniştea. Ai intrat în lumea subtil-spirituală doar dând atenţie deplină senzaţiilor.

Cu cât rămâi mai mult în plăcerea subtilă care însoţeşte natura ta divină, cu atât ea se va adânci şi se va deschide ca o experienţă vie, plină de energie, de dragoste, pace şi mulţumire, toate fiind semne că eşti Acasă, în braţele Divinului.

Concentrează-te pe această experienţă subtilă a Liniştii ori de câte ori o trăieşti, inclusiv pe timpul zilei. Poţi învăţa să stai în Linişte chiar şi în timpul zilei. Ca şi cum ai fi în ochiul unui uragan, poţi învăţa să rămâi nemişcat şi conectat la iubire şi neatins de suişurile şi coborâşurile vieţii.

Îţi mulţumesc că ai fost aici. Sunt mereu cu tine.»

Capitolul 13

SCOPUL CĂII SPIRITUALE

«Astăzi, vreau să fac anumite clarificări cu privire la scopul căii spirituale. În primul rând, te întreb: de ce te afli pe calea spirituală? De ce vrei să devii iluminat? Răspunsurile tale vor fi, cel mai probabil, că nu doreşti să suferi, că vrei să fii fericit sau că doreşti să ieşi din roata Karmei. Acestea sunt motivaţii suficiente pentru eforturile tale, dar nu sunt cauza reală pentru care sufletul tău se află pe calea spirituală. Acestea sunt mai mult motivele ego-ului sau sinelui tău uman pentru a face toate lucrurile pe care le faci în numele creşterii tale spirituale.

Însă care este motivul sufletului tău de a fi pe calea spirituală? Sufletul tău se bucură de experienţa de a fi în trup, aşa că nu se grăbeşte să plece nicăieri altundeva. Sufletul nu este preocupat de suferinţă mai mult decât cu ce te-ai îmbrăcat ieri. Asta poate suna dur, dar pentru suflet, suferinţa este doar un alt lucru în viaţă care vine şi pleacă, precum vremea. De îndată ce suferinţa s-a dus, s-a dus.

În plus, suferinţa serveşte scopului sufletului de a învăţa, aşa că ea nu este o problemă pentru suflet şi din acest motiv. Lecţia cea mai profundă a sufletului tău, care este şi lecţia căii spirituale, este să înveţi cum să trăieşti fără a suferi, aşa că sufletul acceptă suferinţa ca fiind parte a planului. Şi el apreciază cât de eficient te învaţă suferinţa ceea ce trebuie să înveţi.

Sufletul nu este preocupat nici de fericire, deoarece şi asta vine şi pleacă. Sufletul tău nu s-a întrupat pentru amuzament, deşi viaţa este adesea minunat de distractivă. Sufletul tău a venit la viaţă pentru experienţă, oricum ar fi ea. Poate fi amuzantă sau nu, dar acest lucru nu este important.

Experienţele sunt acelea importante pentru sufletul tău, iar viaţa are multe. Orice se întâmplă, este o experienţă, una unică. Sufletul tău este lacom de experienţe – tot felul de experienţe – şi Pământul este un loc excelent să le găseşti.

Dualitatea oferă o gamă largă de experienţe, atât bune, cât şi rele, în opinia ta. Sufletul tău apreciază dualitatea pentru varietatea pe care o oferă, nefăcând judecăţi de valoare. Nu există bun sau rău pe tărâmul

sufletului, sau am putea spune că totul este bun pentru suflet, pentru că totul oferă experienţe. Ce-ar fi să-ţi imaginezi că asta este şi perspectiva ta!? Imaginează-ţi cât de eliberator ar fi să întâmpini cu bucurie orice experienţă pe care o ai! Asta ar fi o atitudine foarte iluminată din partea ta!

Iluminarea înseamnă să trăieşti viaţa aşa cum o trăieşte sufletul tău: fără împotriviri sau evaluări, fără bine sau rău, ci totul fiind bun. Acesta este obiectivul căii spirituale: să îmbrăţişăm viaţa pe deplin, să nu o împărţim în bine sau rău, în atracţii sau repulsii.

Problema cu aceste judecăţi de valoare este că toate îl au pe „eu” în centru. Evaluările sunt făcute întotdeauna din perspectiva „eu-lui”: „Îmi place asta. Nu-mi place aia.” Există întotdeauna un „eu” de care este ataşată preferinţa, iar acel „eu” este sinele fals. Dar pentru suflet sau pentru cei iluminaţi, viaţa este doar aşa cum este ea şi, oricum ar fi, este acceptată în mod natural – nu-i nevoie de evaluări, de argumente sau dezbateri despre ea!

Nu-ţi sugerez să spui mereu „Îmi place” despre orice şi nici că ar fi posibil să te simţi tot timpul aşa. Oricât de iluminată ar fi această atitudine, ceilalţi ţi-ar pune la îndoială, cu siguranţă, raţiunea sau chiar sănătatea mintală dacă ai face-o. Sinelui tău uman nu-i vor plăcea în mod firesc o mulţime de lucruri. Dar nu contează. Există altcineva aici care este îndrăgostit de viaţă aşa cum e ea. Şi cu acesta îţi sugerez să iei legătura.

Îţi sugerez doar să observi atracţiile şi repulsiile tale umane atunci când apar şi apoi să le laşi în pace. Pentru a fi iluminat, nu trebuie să-ţi dispară preferinţele şi nu vor dispărea atâta timp cât eşti om. Sinele tău uman şi preferinţele sale pot coexista confortabil cu adevăratul sine, care este un aspect al sufletului tău şi îndrăgostit de viaţă aşa cum e ea.

A fi iluminat nu înseamnă că nu mai ai preferinţe sau sentimente. A fi iluminat înseamnă că nu eşti conştient doar de trăirea realităţii de către sinele fals, ci şi de către sinele real, şi că eşti mai aliniat cu aceasta din urmă decât cu a sinelui fals. Să fii iluminat înseamnă să te muţi în perspectiva adevăratului tău sine, care iubeşte şi acceptă sinele tău fals, preferinţele şi evaluările acestuia şi orice altceva.

Sinele tău adevărat are o relaţie afectuoasă cu sinele tău fals. Iubeşte experienţele unui sine fals la fel de mult pe cât iubeşte orice altceva. Nu

simte nevoia să scape sau chiar să suprime sinele fals. Îi plac experienţele pe care le aduce sinele fals, chiar şi suferinţa şi drama. Dar, odată ce te iluminezi, recunoşti că suferinţa şi drama sunt ceea ce sunt – ceva creat ca prin magie de sinele imaginar.

Drept urmare, atunci când eşti iluminat, este dificil să mai apară suferinţa. După ce ai descoperit un truc magic, nu mai poţi fi păcălit de această iluzie şi, odată ce ai pătruns prin iluzia sinelui fals, ea nu te mai poate face să suferi. Doar atunci când crezi în iluzie, o poate face.

Sufletul tău se bucură că a priceput iluzia pe cât i-a plăcut să creadă în iluzie. Pentru sufletul tău, o experienţă nu este mai bună sau mai rea decât alta; sunt doar diferite. Toate experienţele sunt egale – la fel de iubite şi la fel de apreciate.

Aceasta este o schimbare dramatică a percepţiei, o schimbare ca de la noapte la zi. Aceasta este libertatea despre care vorbesc înţelepţii şi misticii: eliberarea de suferinţă. Dar nu sufletul tău devine liber, întrucât a fost întotdeauna liber. El a privit întotdeauna viaţa ca pe o aventură minunată şi perfectă. Te eliberezi de falsul sine şi de percepţiile sale false – devii liber să simţi viaţa aşa cum o simte sufletul tău. Aceasta este iluminarea.

Scopul căii spirituale este de a scăpa de percepţii false şi neînţelegeri şi de a trăi aşa cum ai fost menit să trăieşti, ca sinele tău divin. Ego-ul te determină să percepi şi să înţelegi greşit viaţa şi, astfel, lupţi pentru lucruri care nu te vor face niciodată fericit. Când lentilele percepţiei sunt curăţate, înţelegerea ta se schimbă şi, astfel, viaţa ta se schimbă.

Cei care sunt iluminaţi, sau aproape iluminaţi, se bucură de viaţă enorm, pentru că sunt atât de multe prilejuri de bucurie. Dar, de asemenea, nu au nevoie de prea multe pentru a fi fericiţi. Sunt fericiţi de fiecare lucru mic şi se mulţumesc cu puţin. Dacă au mult, sunt mulţumiţi. Dacă au puţin, sunt mulţumiţi şi aşa.

La fel ca sufletul tău, cei iluminaţi se bucură de tot ceea ce creează sau co-creează împreună cu viaţa. Asta nu înseamnă că nu vor prefera să creeze ceva în locul a altceva, dar oricum ar ieşi lucrurile, ei se bucură. Încă mai fac alegeri, adesea în funcţie de preferinţe, dar nu se ataşează faţă de rezultate. Orice se întâmplă, este în regulă.

Şi, oricum, care ar fi rostul să te simţi altfel decât mulţumit?! Ce ţi-ar aduce?! Asta vezi clar când eşti iluminat. Nu are sens să preferi o

anumită desfăşurare a vieţii, deoarece viaţa va decurge oricum aşa cum vrea ea. La ce îţi folosesc preferinţele?!

Ideea că preferinţele tale contează este una dintre cele mai greşite percepţii sau iluzii dintre toate. Nu contează ce îţi place sau nu îţi place. Ai observat asta?! Acest lucru contează doar pentru falsul sine, care e alcătuit din simpatii şi aversiuni şi nu ar putea exista fără ele.

Sinele tău adevărat şi sufletul tău nu au preferinţe. Nu încearcă să ajungă nicăieri. Acest lucru poate părea să contrazică ideea că viaţa este o şcoală în care obiectivul este să evoluezi. Ambele sunt însă adevărate: Viaţa este o şcoală care provoacă evoluţia sufletului, iar sufletul nu are preferinţe pentru modul cum se va întâmpla asta.

Există ceva mai presus de sufletul tău care trage sforile, iar sufletul este fericit oricum ar fi ele trase. Există o forţă mai mare decât sufletul tău, pentru care el nu este decât un instrument. Poţi numi această forţă cum îţi place: Dumnezeu, Graţia, Divinul, Sursa. Sufletul tău şi fiinţele non-fizice ca mine, îngerii şi altele nu sunt decât instrumente ale acestei forţe iubitoare care se află în spatele întregii vieţi. Această forţă este înţeleaptă, este iubitoare şi este preocupată de binele tău. Poţi avea încredere în ea.

Sufletul tău ştie acest lucru, aşa că se cufundă relaxat în viaţă şi se bucură, orice ar fi. Sufletul nu are nicio iluzie că ar deţine controlul. Poate crezi că sufletul tău controlează ceea ce se întâmplă în viaţă, dar sufletul tău nu este factorul determinant principal, ci doar un dispozitiv util pentru a împlini voinţa a ceva inimaginabil mai mare.

Eşti pe mâini bune. Te poţi relaxa şi bucura de aventură. Poţi lua mâinile de pe volan şi lăsa inteligenţa divină care a creat totul şi se exprimă prin toate să acţioneze prin tine. Îţi aduce experienţele de care ai nevoie şi vei învăţa în mod natural orice ai nevoie. Această şcoală a vieţii este bine concepută. Poţi chiar să nu-ţi faci griji dacă vei învăţa ceva, deoarece ar fi imposibil să nu înveţi.

Sunteţi atât de binecuvântaţi că sunteţi atât de aproape de Adevăr acum, să înţelegeţi atât de multe. Sunteţi mult mai liberi decât majoritatea oamenilor, cu mult mai gata să treceţi în următoarea fază a existenţei voastre, una mai fericită şi mai îndrăgostită de viaţă decât v-aţi imaginat vreodată.

Vă mulţumesc că aţi fost aici. Vă mulţumesc pentru deschiderea voastră către Graţia divină. Eu sunt cu voi mereu.»

Capitolul 14

DOUĂ TIPURI DE LIBERTATE

«Există două tipuri de libertate: libertatea pe care o doreşte ego-ul şi eliberarea de ego, sau iluminarea. Atât egoul, cât şi Sinele divin preţuiesc libertatea de a vă exprima, de a urmări fericirea, de a vă împlini potenţialul şi de a face ceea ce vă place. Acestea sunt libertăţi importante, fundamentale, care ar trebui să fie acordate tuturor fiinţelor umane şi pe care s-a întemeiat ţara voastră.

Problema este că ego-ul doreşte, de asemenea, libertatea de a face ceea ce-i place indiferent de libertăţile, nevoile şi fericirea celorlalţi. Dar, deoarece trăiţi în societate şi depindeţi de structurile sociale şi de alţii pentru supravieţuirea şi bunăstarea voastră, libertatea individuală trebuie să fie echilibrată de binele întregului, binele societăţii. A-ţi plasa libertatea individuală deasupra binelui întregului este o lipsă de prevedere, căci, dacă îţi faci singur rău, asta nu va fi bine pentru nimeni.

Ego-ul nu vede că face parte dintr-un întreg şi că acţiunile sale nu-l afectează numai pe el însuşi, ci chiar întregul de care depinde. A merge împotriva binelui societăţii înseamnă a te răni pe tine. Desigur, aceasta este problema ego-ului şi definiţia ego-ului: se vede pe sine ca fiind separat de întreg şi mai mult în conflict cu el decât ca o parte din el.

Când oamenii sunt suflete tinere şi nu au avut multe vieţi, aşa văd ei viaţa. Ei nu pot vedea dintr-o perspectivă mai înaltă, mai adevărată, deoarece se identifică prea mult cu ego-urile lor. Este „ei împotriva mea” sau a noastră (cei apropiaţi de mine sau asemănători mie), fără a înţelege că diversitatea întăreşte societatea. La fel cum diversitatea genetică permite unei specii să supravieţuiască mai bine, diversitatea în cadrul societăţii îi permite să supravieţuiască şi să prospere mai bine.

Ego-ul vrea ca ceilalţi să-l servească. Nu doreşte ca aceştia să fie egali, deoarece ar fi ca o provocare la adresa supremaţiei sale. Ego-ul caută să-i subordoneze sau să-i subjugeze pe ceilalţi după voinţa sa. Consideră că aceasta este salvarea sa şi nicidecum colaborarea cu ceilalţi în respect reciproc.

Vedem acest lucru, desigur, în guvernele totalitare, care sunt conduse de cei dominaţi de ego-ul lor şi de perspectiva sa, care au reuşit să preia controlul asupra altora, de obicei prin frică şi minciună. Pe de altă parte, democraţiile au fost fondate de suflete bătrâne sau mai bătrâne, care au înţeles puterea inerentă în egalitate şi diversitate şi importanţa respectării tuturor oamenilor şi creării unei societăţi care să-i sprijine pe toţi.

Nu sunt aici pentru a vorbi despre politică, ci pentru a sublinia o idee referitoare la politică: atâta timp cât oamenii sunt dominaţi de ego-ul lor şi în măsura în care sunt, vor înfiinţa societăţi în care oamenii nu sunt respectaţi în mod egal. Aşa se explică situaţia în care vă aflaţi în lumea voastră.

Oamenii care fac cel mai mult rău în lumea voastră sunt aceia profund şi complet identificaţi cu nivelul cel mai de jos al ego-ului, care funcţionează pe bază de frică, lăcomie şi dorinţa de cucerire şi putere. Din fericire, acest lucru nu se aplică la majoritatea oamenilor.

Toţi ştiţi cum este să vă identificaţi cu ego-ul vostru. Identificarea cu ego-ul are ca rezultat prejudecata, frica, egoismul, criticismul şi străduinţa de a ajunge sus. Acest ego este normal, iar societatea poate suporta acest ego.

Cu toate acestea, există un nivel al ego-ului pe care o societate liberă nu îl poate suporta, un nivel care este patologic. L-aţi putea numi „ego-ul pe steroizi". Acest nivel patologic de ego se află în spatele atrocităţilor, lăcomiei şi tendinţelor totalitare ale celor care şochează şi buimăcesc restul oamenilor. Din păcate, din cauza poftei lor de putere, aceste tipuri de oameni acced adesea la poziţii de putere.

Majoritatea oamenilor încearcă să treacă dincolo de ego-ul lor şi să facă ceea ce trebuie, în timp ce alţii încearcă să obţină tot ce pot numai pentru ei înşişi, profitând de cei care încearcă să facă bine şi să fie buni şi care, în general, au încredere în ceilalţi. Aceşti indivizi care se slujesc

doar pe ei înşişi nu încearcă să fie buni. Ei încearcă să fie altceva, de pildă, bogaţi şi puternici.

Deşi este firesc să vrei să fii bogat şi puternic, nu este firesc să fii dispus să faci orice pentru a obţine bani şi putere. Ego-ul patologic nu se va opri de la nimic pentru a obţine ceea ce îşi doreşte. Acest lucru îi distinge pe aceşti indivizi de majoritatea oamenilor.

Aceşti indivizi, din fericire, sunt o mică minoritate, dar ei pot totuşi să facă un rău mare, mai ales atunci când se află în poziţii de putere. Instituţiile din ţara voastră au fost concepute pentru a vă proteja de astfel de oameni, iar aceste instituţii sunt puse la încercare acum.

Voi sunteţi testaţi acum. Din fericire, acest test aduce la suprafaţă ce-i mai bun în mulţi dintre voi. În această lume a dualităţii, cei care se slujesc pe sine pot avansa doar până acolo unde oamenii cărora le pasă de lege şi de semeni protestează şi îi opresc.

Ideea este că nu trebuie să fiţi descurajaţi de ceea ce vedeţi că se întâmplă în lume. Puterile binelui vor învinge şi vor fi restabilite. Acestea sunt vremuri întunecate, dar există şi multă lumină în lume. Nu pierdeţi asta din vedere pentru ca puterea bunătăţii să triumfe. Lucrăm cu foarte mulţi dintre voi pentru a răsturna această situaţie.

Ce mai vreau să punctez este că nu trebuie să vă depăşiţi pe deplin ego-ul pentru a fi o forţă a binelui în lume. De cele mai multe ori, sunteţi în legătură cu bunătatea voastră, chiar dacă mai acţionaţi uneori în moduri meschine, egoice. Cei mai mulţi oameni nu sunt eliberaţi de ego-ul lor, dar mulţi se străduiesc să se elibereze de acesta, ceea ce înseamnă că au o anumită conştientizare şi o anumită putere de alegere a modului în care se comportă. Și asta contează cel mai mult.

În orice moment, poţi alege calea morală. Nu trebuie să fii trezit sau iluminat pentru a face asta. Trezirea şi iluminarea sunt importante pentru ridicarea conştiinţei pe această planetă, dar ca să fii o forţă a binelui în lume nu trebuie să fii trezit sau iluminat.

Cei mai mulţi lideri şi promotori ai schimbării inspiraţi nu au fost nici una, nici alta, dar erau în legătură cu Sinele lor divin suficient de mult pentru a fi ghidaţi de acesta. Şi iată ce vă cer: în fiecare moment, faceţi tot ce puteţi ca să fiţi ghidaţi pentru a face ceea ce este mai bine pentru sufletul vostru şi pentru întreg. Aceasta înseamnă să acţionaţi cu onestitate cât mai mult posibil. Prin asta vreau să spun să nu înclinaţi

spre tacticile ego-ului, cum ar fi violenţa şi minciuna. Acestea duc doar la suferinţă şi durere pentru toată lumea. Violenţa şi înşelăciunea nu vor duce niciodată la Adevăr sau fericire sau pace. Cum ar putea?!

Nu puteţi rezolva conflictele sau învinge terorismul sau chiar totalitarismul cu violenţă. Mulţi de pe planeta voastră încă mai au de învăţat acest lucru. Mulţi încă mai cred în război. Ei încă mai cred că violenţa este calea către pace, ceea ce, desigur, nu are niciun sens. Cu cât lupţi mai mult împotriva altora, cu atât mai mult te vor urî şi vor dori să-ţi facă rău. Niciodată pacea rezultată din război nu durează prea mult timp. Nu poţi schimba inimile şi minţile cu ajutorul armelor. Armele au ca rezultat doar mai multe arme şi un ciclu de represalii nesfârşite.

Aceasta este o lecţie grea pentru fiecare civilizaţie, iar unele civilizaţii se distrug înainte de a o învăţa. Sufletele lor se vor reîncarna într-o situaţie similară şi vor încerca din nou. Aceasta este, în parte, ceea ce se întâmplă în lumea voastră: multe suflete au renăscut aici, pe această planetă afectată de război, pentru a încerca să înveţe lecţia păcii.

Până nu îi veţi copleşi pe alţii cu îngrijire, hrană şi orice altceva au nevoie în loc de bombe, lumea voastră nu va avea pace. Este evident, nu-i aşa? Desigur, acum vorbesc celor care ştiu asta. Totuşi, merită a fi repetat. Se acceptă prea uşor că trebuie să mergeţi la război împotriva celor care se comportă cu cruzime. Războiul pare onorabil în aceste condiţii. Dar nu este. Nu vă lăsaţi înşelaţi.

Liderii haini provoacă războaiele, dar cei care luptă în ele nu sunt de această natură, deşi, adesea, războiul îi face pe oamenii buni să urască. Dacă oamenii n-ar dori să lupte pentru astfel de despoţi egomaniaci, nu ar exista război. Acesta este un mod de a încheia războiul. Oamenii au mult mai multă putere decât îşi dau seama. Există şi alte modalităţi, mult mai bune decât războiul, pentru a vă rezolva conflictele.

Singurul mod în care se schimbă lucrurile este prin iubire. Poţi iubi înainte de a te trezi (spiritual) şi sigur vei iubi după trezire. Din acel loc al iubirii, vei şti ce să faci şi cum să te comporţi. Mulţi indivizi cu suflet bun şi nepărtinitori sunt chemaţi spre politică şi la acţiune politică şi aşa se vor schimba lucrurile. Transformarea se va face cu ajutorul mijloacelor politice aflate în mâinile oamenilor care sunt aliniaţi cu dragostea şi mai multe se vor produce de acum înainte. Aveţi încredere.

Să treci dincolo de ego este sarcina ta astăzi şi întotdeauna. Nu poţi schimba lumea decât depăşind tendinţele negative ale ego-ului. Există o anumită impresie în cercurile spirituale, în jurul unor învăţători spirituali, că nu ar conta cum te porţi. Oamenii văd cum învăţători spirituali care spun că sunt iluminaţi se comportă imoral şi ajung la concluzia că iluminarea nu are nicio legătură cu comportamentul, iar unii învăţători chiar spun şi cred acest lucru, ca şi cum ar fi adevărat.

Aş spune, mai curând, că comportamentul este tot ceea ce contează. Ce mai este iluminarea dacă nu include un comportament iluminat?! Comportamentul tău contează înainte de trezire şi contează şi după trezire. Nu încetează niciodată să conteze. Ceea ce faci şi cum eşti afectează totul şi pe toată lumea din această reţea a vieţii.

Urmăreşte-ţi comportamentul. Fă tot posibilul să fii iubitor, necritic, blând şi amabil. Asta este tot ceea ce vă rog şi asta este tot ceea ce am venit să vă învăţ, atunci şi acum: „Faceţi altora aşa cum vreţi să vă facă ei vouă.” Acesta este cel mai simplu şi mai clar sfat pe care vi-l pot oferi.

Vă mulţumesc că aţi fost aici. Fiţi pe pace. Sunt mereu cu voi.»

Capitolul 15

TOTUL ESTE DUMNEZEU

«Dacă ai putea privi prin ochii Divinului, te-ai vedea peste tot şi te-ai vedea în toate. Şi dacă te-ai recunoaşte ca fiind Dumnezeu, te-ai simţi ca fiind peste tot şi în orice. Fiecare experienţă este o experienţă pe care Dumnezeu o are.

Aceasta este Unimea. Unimea nu înseamnă că totul arată la fel, ci că totul este animat de aceeaşi forţă, ceea ce am numit Divinitatea sau Dumnezeu. Trăirile tale lăuntrice sunt experienţa de viaţă a lui Dumnezeu.

În cadrul creaţiei, Dumnezeu se exprimă într-o mare diversitate. Nimic nu este identic. Totul este unic. Şi totuşi, toate sunt făcute din acelaşi „material”. O metaforă potrivită este lutul: Nenumărate forme pot

fi modelate din lut – o femeie, un câine, un fluture, o floare, un furnicar – şi totuşi, fiecare este, în mod fundamental, lut. Aceste lucruri, care arată atât de diferit, sunt, fundamental, la fel. Sunt diferite şi sunt la fel. Acesta este unul dintre marile paradoxuri ale vieţii: Fiecare este unic, dar toate sunt identice în esenţă, în substanţa de fond.

La fel este şi cu voi: sunteţi formaţi din Dumnezeu, deşi apăreţi sub forme diferite. Credeţi că sunteţi aceste forme, dar adevărata voastră natură este cea a lui Dumnezeu, cea a iubirii. Cea mai esenţială calitate a adevăratei voastre naturi este iubirea, aşa că am putea spune că totul este, în modul cel mai fundamental, iubire. Iubirea este substanţa din care este alcătuită toată creaţia. Iubirea este lutul din care este făcută viaţa.

Dumnezeu se experimentează prin creaţiile sale. Dumnezeu este surprins şi mulţumit de varietatea de expresii posibile. Ce distracţie! Fiecare nouă expresie a Lui Însuşi este o nouă experienţă pentru Dumnezeu. Dumnezeu descoperă continuu ce este posibil şi ce înseamnă să apară ceva ce nu a mai existat niciodată.

Dumnezeu adoră să creeze şi să exploreze viaţa prin creaţiile sale. Dumnezeu iubeşte aventura şi iubeşte învăţarea şi evoluţia pe care aceste experienţe le aduc. Această bucurie de a fi viu, de a explora, de a învăţa poate fi resimţită în interiorul tău. Este bucuria lui Dumnezeu, bucuria Divinului din tine. Bucuria ta este bucuria lui Dumnezeu.

Creaturile însele au însă o experienţă foarte diferită, deoarece majoritatea nu sunt conştiente de natura lor divină fundamentală. În cele din urmă, acest lucru este descoperit, dar, iniţial, Dumnezeu este pierdut în creaţie, astfel încât creaturile cred că există ca entităţi separate şi nu ca manifestări directe ale lui Dumnezeu. Acest sentiment de separare îi permite lui Dumnezeu să aibă o experienţă unică prin fiecare creaţie.

Un joc video poate fi o metaforă utilă pentru înţelegerea acestei relaţii speciale între Dumnezeu şi creaţie. Când jucaţi un joc video, vă prefaceţi că sunteţi personajul din jocul video. În timp ce sunteţi absorbiţi în acel joc, uitaţi cine sunteţi cu adevărat, deşi voi sunteţi cel care se joacă.

La fel este şi cu Dumnezeu: Dumnezeu se pierde în mod intenţionat în creaţiile sale, continuând să existe ca Dumnezeu, pentru a experimenta pe deplin toate posibilităţile de a fi ceva sau cineva. La fel ca

un actor care joacă un rol, cu cât intraţi mai complet în personaj, cu atât experienţa este mai bogată.

Dumnezeu se divide în acest fel, dar Dumnezeu nu poate uita niciodată adevărul. Adevărul este suspendat temporar în scopul explorării, dar, la un moment dat, şi-l aminteşte sau îl înţelege şi revine la adevăr. Iată ce se întâmplă în călătoria umană: Dumnezeu, rămânând Dumnezeu, se pierde în experienţa umană. Viaţă după viaţă, Dumnezeu se preface că este un anume personaj, până când, într-o bună zi, acel personaj a explorat condiţia umană pe deplin şi este pregătit pentru o aventură diferită.

Metafora jocului video este utilă şi pentru a sublinia o altă idee. Personajul din jocul video, deşi este implicat în provocări teribile, nu fuge de acele provocări, învinovăţindu-i pe alţii, plângându-se sau făcând pe victima. În schimb, el sau ea întâmpină fiecare provocare cu curaj, făcând tot ce este necesar pentru a o depăşi. Acel curaj şi perseverenţă se află şi în voi. Acea forţă şi hotărâre pentru a depăşi toate ghinioanele sunt şi în voi. Acea capacitate de a face faţă provocărilor vieţii în mod raţional se află şi în interiorul vostru.

Cu toate acestea, nu vom duce mai departe această metaforă, deoarece violenţa nu este o modalitate de a face faţă provocărilor. Dar în măsura în care acţiunile personajului demonstrează că el acceptă ceea ce-i aduce viaţa, cu curaj şi perseverenţă, această metaforă este utilă.

De-a lungul experienţei de a fi personajul uman pe care îl joci în această viaţă, există şi posibilitatea de a-ţi realiza dragostea, pacea şi forţa din esenţa ta. Adevărata ta natură îţi stă întotdeauna la dispoziţie, indiferent de situaţiile în care te afli. Nu numai la sfârşitul vieţii pământeşti este posibil să-ţi realizezi adevărata ta natură, ci şi, într-o oarecare măsură, de-a lungul întregii tale vieţi ca personaj – potenţial, în orice moment.

Adevărul naturii tale Divine nu este chiar atât de ascuns de tine. Când viaţa este grea, trebuie să te bazezi pe calităţile adevăratei tale naturi – şi deseori o faci. Fără provocările vieţii, nu ar putea exista nicio creştere, nicio descoperire, nicio învăţare, nicio evoluţie. Există locuri în creaţie unde Dumnezeu se odihneşte de toate provocările şi are puţine sau nicio experienţă, dar Dumnezeu iubeşte provocarea, la fel ca şi Dumnezeul din tine, dacă eşti cinstit cu tine însuţi să recunoşti.

Adevăratul dragon care trebuie învins este frica, descurajarea, victimizarea şi negativitatea minţii umane. Fără acestea, un dragon este doar o problemă pe care trebuie să o rezolvi, şi nu ceva oribil, înfricoşător, copleşitor sau care „nu ar fi trebuit să se întâmple". Fără emoţiile tale umane, ai face, pur şi simplu, ceea ce trebuie făcut şi ai suferi mai puţin în acest proces.

Fără împotrivirea la provocările vieţii şi emoţiile care decurg din această rezistenţă, te-ai bucura de experienţele vieţii sau, cel puţin, le-ai găsi interesante. Fiecare experienţă nouă este interesantă pentru sufletul tău, pentru Dumnezeu. Viata este interesantă! De ce să etichetezi ceva drept „rău" şi să i te împotriveşti sau să te supere?! Împotrivirea la o experienţă şi emoţiile care decurg de aici sunt ceea ce face ca o experienţă să fie urâtă, nu experienţa în sine.

Provocarea pe care trebuie să o depăşeşti în acest joc video numit viaţă este propria minte negativă, care creează emoţii negative. Odată ce îţi depăşeşti emoţiile negative, stăpânindu-ţi mintea, atunci vei putea scoate la capăt orice provocare cu care te confrunţi în viaţă. Personajul din jocul video nu-şi permite luxul de a avea emoţii şi nici tu, dacă vrei să fii fericit.

Tu îţi decizi propria fericire, nu circumstanţele, prin ceea ce îţi spui şi cum răspunzi la orice situaţie. Nu eşti victima a nimic din ceea ce ţi se întâmplă. Nu există nicio victimă. Victimizarea este experienţa de a crede că eşti o victimă. Dacă crezi că eşti o victimă, atunci te simţi ca o victimă. Credinţa că eşti te face aşa.

Cele mai mari provocări din această viaţă sunt de această natură: maşinaţiunile şi poveştile propriei tale minţi. Viaţa, în sine, este mai simplă decât o face mintea. Mintea complică viaţa, transformând totul în ceva despre „mine", dar viaţa nu este despre tine sau oricine altcineva. Viaţa nu este personală. Este ceea ce este. Modul corect de a trece prin viaţă este să apelezi la puterile tale Divine înnăscute: iubire, curaj, compasiune, recunoştinţă şi pace. Găseşte-L pe Dumnezeu în tine şi viaţa ta se va transforma.

Dumnezeu se ascunde în spatele scenei, dar Dumnezeu nu este chiar atât de ascuns. Dumnezeu este revelat de fiecare sentiment de fericire, iubire, pace, bucurie, putere şi curaj şi în fiecare gând înţelept, afectuos şi raţional pe care îl ai. Dumnezeu este chiar aici, pentru că aici nu există

nimic altceva decât Dumnezeu. Personajul pe care îl joci este jocul lui Dumnezeu. Celelalte personaje sunt tot jocul lui Dumnezeu. Peisajul şi decorul au fost create de Dumnezeu pentru Dumnezeu. Acţiunile pe care le întreprinzi sunt fie Dumnezeu, fie Dumnezeu care permite personajului să acţioneze în conformitate cu credinţele şi iluziile sale, pe care tot Dumnezeu le-a pus acolo.

Asta înseamnă că nu există nimic care să nu fie din Dumnezeu. Dumnezeu spune "da" la totul şi se bucură de toate. Dumnezeu luptă cu Dumnezeu şi Dumnezeu face dragoste cu Dumnezeu. Dumnezeu face totul şi se bucură de toate, inclusiv de dramă şi suferinţă, pentru că Dumnezeu a creat-o pentru a fi aşa cum este şi Dumnezeu este dispus să aibă experienţele pe care le are prin creaturile sale.

Când vei fi înţeles asta îndeajuns, te vei bucura de călătoria în care ai pornit şi vei învăţa să parcurgi suişurile şi coborâşurile cu mai multă eleganţă, cu mai multă iubire şi cu mai puţină durere. Câştigătorii acestui joc video numit viaţă sunt cei care învaţă să trăiască fără a suferi, care acceptă viaţa aşa cum este şi care iubesc viaţa aşa cum este, aşa cum o face Dumnezeu. Game over.

Vă mulţumesc că aţi fost aici. Vă mulţumesc pentru forţa, curajul şi dorinţa de a creşte. Eu sunt mereu cu voi.»

Capitolul 16

ACCEPTAREA

«Există un truc pentru a accepta ceva ce nu vrei să accepţi, despre care vă voi vorbi astăzi. S-au scris deja multe despre acceptare. Este, evident, un aspect central al eliberării spirituale. Asta, pentru că acceptarea este opusul împotrivirii, opusul a ceea ce face ego-ul. Deci, dacă faci opusul a ceea ce eşti predeterminat să faci şi încuviinţezi în loc să respingi, te-ai eliberat de reacţia implicită, ai scăpat de ego.

Acceptarea este mai degrabă o non-acţiune, or rezistenţa este, cu certitudine, o acţiune. Împotrivirea la ceva necesită energie şi uneori

timp. În schimb, încuviinţarea nu necesită energie sau timp. Acceptarea este o predare sau renunţarea la rezistenţă şi la angrenarea energiei specifice.

Rezistenţa vine de la vocea din capul tău. Spune lucruri de genul „Nu vreau asta", „Nu-mi place aşa ceva", „Aşa ceva nu ar trebui să existe", „Asta este prea greu" şi aduce nenumărate alte critici şi obiecţii similare despre cum stau lucrurile. Când încetezi să gândeşti în acest fel intolerant, rămâne acceptarea. Când încetezi să opui rezistenţă, aluneci în mod natural către acceptare.

Pe de altă parte, dacă *încerci să accepţi* ceva, asta îţi cere efort – încerci să faci ceva. Cine este acest "tu" care încearcă să accepte ceva? Oare nu este ego-ul, care încearcă să respecte instrucţiunile spirituale?!

Încercarea de a accepta ceva este un efort mental, ceva ce încerci să faci cu mintea. Problema cu încercarea de a accepta ceva este că încă eşti în minte, încă eşti sub stăpânirea ego-ului. Mintea egotică încearcă să manipuleze şi să aranjeze viaţa prin gânduri, dar acest lucru nu este eficient. Nu poţi ajunge la acceptare gândindu-te cum s-o faci.

Pentru a accepta ceva, trebuie să ieşi din gândurile tale renunţând la ele. Aceasta este singura acţiune necesară: Nu încerca să remediezi rezistenţa (care a fost creată de gânduri) prin alte gânduri. Nu face altceva decât nu mai întreţine gândurile care au creat rezistenţa.

Nu este atât de greu pe cât ai crede să nu mai gândeşti ceva. Doar crezi că ar fi greu. Credinţa că este greu să te opreşti din gândit face parte din iluzie şi ajută la menţinerea iluziei. A merge împotriva acestei programări pare dificil, de aceea oamenii nici măcar nu încearcă. Iluzia sugerează că ar fi dificil să acţionezi împotriva programării, dar adevărul este că nu este aşa. Programarea, în sine, nu este dificil de depăşit, ci convingerea că aceasta ar fi dificil de depăşit.

Calea de a ieşi din gânduri este să acorzi atenţie la altceva decât gândurilor. Să dai atenţie este simplu; o faci tot timpul. Dar ai putea avea nevoie să înveţi să îţi direcţionezi atenţia mai cu intenţie. Dacă nu o faci, ego-ul va dirija atenţia în locul tău, deoarece aceasta este setarea ta implicită.

La ce altceva să dai atenţie? Vieţii reale: sunetul unui avion, lumina care se reflectă de ceva, propria respiraţie, senzaţia picioarelor care ating

pământul, senzaţia aerului pe faţa ta, senzaţia subtilă de bucurie lăuntrică, viaţa din mâinile tale, subtila euforie de a fi viu.

Oricare şi toate acestea te vor scoate din lumea ego-ului la realitate, care include tărâmul subtil unde te recunoşti ca fiind sinele divin. A fi prezent în corpul şi simţurile tale este o uşă către tărâmul subtil. Mintea nu poate intra pe acest tărâm. Trebuie lăsată la poartă. Realitatea înseamnă orice se întâmplă acum, în acest moment prezent, în vecinătatea ta: experienţa reală a vieţii corpului şi a Fiinţei tale, dincolo de orice idei despre ele.

Când accepţi ceva, pe cineva sau o anumită situaţie, reacţionezi precum eul tău divin. Acceptarea aparţine sinelui divin, în timp ce împotrivirea, aşa cum am spus, aparţine ego-ului. Acesta este un mod la îndemână de a spune cu ce eşti aliniat: Accepţi sau te împotriveşti? Sau, te-ai putea întreba astfel: eşti relaxat şi în pace sau nu? Aşa poţi spune dacă eşti aliniat sau nu cu sinele divin. Este chiar foarte simplu.

Lucrurile stau aşa cum stau. Împotrivirea critică felul cum stau lucrurile, fapt care, dacă-l analizezi, nu are sens. Toate modalităţile pe care mintea ta le născoceşte ca să contreze viaţa sunt zadarnice. Rezistenţă este inutilă! A dori ca lucrurile să fie altfel decât aşa cum sunt este o pierdere de energie şi, totuşi, acesta este reflexul involuntar al ego-ului.

Schimbarea nu se produce prin rezistenţă. Rezistenţa nu schimbă nimic, decât starea ta de conştiinţă. Rezistenţa doar te face nefericit, iar asta îţi scade din eficienţă. Rezistenţa este disfuncţională.

E în natura vieţii să se schimbe, iar viaţa se schimbă în felul şi la timpul său. Singurul lucru care poate împiedica cursul firesc al acestei desfăşurări naturale a vieţii este ego-ul, care are propriile sale interese şi idei despre cum ar trebui să se desfăşoare viaţa. Sinele divin lasă ego-ul să încerce să schimbe lucrurile conform ideilor şi dorinţelor lui, dar astfel de schimbări sunt mai degrabă nesatisfăcătoare şi, deseori, conduc la nişte lecţii dure. Împotrivirea afectează viaţa prin faptul că o face mai dificilă. Sinele divin aduce schimbările necesare, prin intermediul tău, fără vreo durere sau suferinţă suplimentară.

Pentru a te elibera de rezistenţă, este necesar doar să vezi adevărul despre ea: Este inutilă, nu te duce nicăieri, este epuizantă, te face

nefericit şi provine mereu de la ego. Sinele divin iubeşte totul şi acceptă totul. Rezistenţa nu se află în repertoriul eu-lui divin, ci doar al ego-ului.

Odată ce-ţi dai seama cât de inutilă este rezistenţa şi că este felul ego-ului de a te face nefericit, vei înclina mai uşor către acceptarea specifică sinelui tău divin, care coexistă alături de rezistenţa specifică ego-ului. Motivul pentru care nu eşti mai conştient de această toleranţă înnăscută şi mereu disponibilă este că sinele divin nu are o voce mentală. Nu îţi vorbeşte în cap, aşa cum face ego-ul.

Vocea ego-ului este dominantă şi puternică şi este setarea ta implicită, deci trebuie să cauţi puţin până găseşti acceptarea specifică adevăratului sine. Ca şi celelalte calităţi ale adevăratului sine, cum sunt iubirea şi curajul, acceptarea există înlăuntru, în dimensiunea subtilă, nu în mintea ta.

Pentru a trăi acceptarea, tot ce trebuie să faci este să nu mai fii de acord cu vocea ego-ului. Despre această non-acţiune vorbesc. Nu mai fi de acord cu ego-ul. Vocea din capul tău nu este vocea ta. Vezi ce este cu adevărat vocea din capul tău şi respinge-o. Tu eşti acela care poate vedea asta şi care poate decide să refuze vocea din cap.

Ceea ce rămâne atunci când o faci este tot ceea ce ţi-ai dorit vreodată, tot ceea ce te va face cu adevărat fericit. Iar ego-ul te ţine departe de aceasta cu vocea sa. Uimitor! Doar nişte cuvinte din capul tău te împiedică a fi sinele tău divin, de a fi în flux, te ţine departe de fericire şi de comoara care ţi s-a dat pentru a naviga prin această viaţă.

Aşadar, sfatul meu ca să devii mai îngăduitor este să încetezi, pur şi simplu, să îţi oferi puterea vocii din cap şi să te orientezi spre ceea ce este mai subtil şi, totuşi, mai real. Îndreaptă-te spre orice este realmente prezent aici şi acum: orice simţi şi trăieşti în acest moment la nivel senzorial şi la un nivel mai subtil, inclusiv intuiţii, inspiraţie, bucurie, iubire şi pace.

Când încetezi să dai atenţie vocii din cap, este posibil să descoperi un alt mod de a trăi care se simte atât de diferit de lumea ego-ului, încât este ca o altă lume. Aşa şi este. Poţi trăi în această lume ca ego şi să simţi durerea, suferinţa şi lecţiile corespunzătoare sau poţi trăi în această lume ca sinele divin şi să o experimentezi bucurându-te de viaţă.

Sinele divin iubeşte viaţa. Nu trăieşte decât dragostea şi bucuria. Această dragoste şi bucurie se găsesc în lumea subtilă. Când îţi îndrepţi

atenţia către lumea subtilă, iubirea şi bucuria devin şi experienţele tale. Ştii ce este lumea subtilă, pentru că ai fost scufundat în ea toată viaţa, iar acum, când vezi că merită să-i acorzi mai multă atenţie, poţi începe s-o faci.

Te trezeşti la faptul că eşti sinele divin şi nu ego-ul sau falsul sine. În procesul de trezire, uneori te identifici cu ego-ul şi alteori, cu eul divin. Când vei pătrunde Iluzia mai adânc, îţi vei da seama mai profund şi mai complet că eşti eul divin. Până atunci, trebuie să înveţi trucurile iluziei – cum încearcă ea să te păcălească şi cum este menţinută. Devino înţelept în faţa ei!

Rezistenţa este unul dintre lucrurile care menţin iluzia. Temerile, îndoielile, neîncrederea, neajunsurile şi alte minciuni sunt alte gânduri care o susţin. În esenţă, iluzia se sprijină pe minciuni. De aceea am spus că „Adevărul te va elibera".

La fel cu toate gândurile care susţin iluzia, nu este uşor să treci de această rezistenţă. Când te identifici cu ego-ul, rezistenţa este atât de persistentă şi atotcuprinzătoare, încât este dificil să fii conştient de toate modurile în care, automat, te împotriveşti vieţii. Fiecare „vreau" şi „îmi place" este un semn de rezistenţă. Aceste gânduri implică respingerea a ceea ce nu-ţi place sau nu vrei. Deci, ai grijă la aceste gânduri! Observă-le şi înţelege că te ţin prizonier al ego-ului.

Deoarece „vreau" şi „îmi place" sunt automate, ele par atât de inocente. Par atât de normale. Aceste cuvinte umplu lumea interioară a oamenilor. Observă acest lucru. Observă cât de răspândite sunt gândurile despre ceea ce îţi place şi nu îţi place ori ce doreşti şi nu doreşti.

Fără acestea, cine eşti tu? Fără părerile tale despre ceea ce este bine şi ce este rău, cine eşti? Dacă nu împarţi lumea în bune şi rele, cine eşti? Ego-ul fuge de această descoperire, dar acel "tu" care se trezeşte este interesat de această investigaţie, interesat de această învăţătură şi este gata să vadă adevărul.

Vă mulţumesc pentru că vreţi să exploraţi Adevărul. Vă mulţumesc că aţi fost aici. Sunt mereu cu voi.»

Capitolul 17

SINCERITATEA

«Sinceritatea este importantă. Fără onestitate, o societate nu poate să prospere şi să fie liberă. Faptele sunt importante, iar pentru ca societatea să fie sănătoasă şi liberă, este necesar să fim sinceri în legătură cu faptele. Minciuna înseamnă să nu fii sincer despre fapte, despre adevăr. Dar astăzi vreau să vorbesc despre un alt fel de onestitate: a fi sincer în ceea ce gândeşti.

Dacă te încrezi doar în ceea ce gândeşte ego-ul sau vocea din mintea ta, iar în cea mai mare parte aşa este, şi dacă majoritatea sunt minciuni sau jumătăţi de adevăr, ceea ce şi sunt, atunci francheţea despre ce gândeşti este total inutilă. Înseamnă doar că dai glas condiţionărilor şi jumătăţilor de adevăr care îţi trec prin minte: adică judecăţile, presupunerile, opiniile, credinţele subiective şi poveştile care alcătuiesc ego-ul, sinele fals. Să fii franc despre ce crede ego-ul sau sinele tău fals doar întăreşte ego-ul şi iluzia, atât în tine, cât şi în ceilalţi. Să fii onest în privinţa unor minciuni înseamnă doar că înmulţeşti minciunile.

Dar este mai rău decât atât, pentru că aceste minciuni te rănesc pe tine şi pe ceilalţi. Minciuna doare, pentru că nu e făcută să dea o senzaţie plăcută. Adevărul se simte plăcut, dar minciunile nu. Când ego-ul îşi exprimă judecăţile, opiniile, credinţele şi poveştile, adesea, acestea îi rănesc pe ceilalţi. Adesea sunt dure. Dar sunt, de asemenea, dure şi cu tine însuţi. Te fac să te simţi mărunt şi te contractă energetic. Este important să observi acest lucru. Ego-urile rănesc şi doare să fii un ego.

Oamenii cred în sinceritate, de aceea simt adesea că ar trebui să fie sinceri cu ceilalţi despre ce gândesc. Dar să-i spui unei prietene, de exemplu, că nu-ţi place cum s-a coafat (sau să i-o spui soţului ei) nu este genul de sinceritate care întăreşte relaţiile şi societăţile, iar tocmai acesta este testul. Dacă eşti sincer fără a avea iubire şi fără a le da celorlalţi tărie şi fără a-i face să se simtă relaxaţi şi în pace, atunci aceasta nu este sinceritate, ci acţiunea ego-ului. Ceea ce crezi tu nu este adevărul suprem şi, de cele mai multe ori, este o judecată personală, inutil de împărtăşit.

Adevărata sinceritate – onestitatea faţă de fapte, adevăr – nu este răuvoitoare. Cum ar putea fi faptele răuvoitoare?! Ele nu sunt

interpretări personale. Doar sinceritatea ego-ului este dezagreabilă. Aşa că, iată regula de bază: dacă sinceritatea va răni, atunci nu fi sincer. În schimb, fii amabil şi toată lumea se va simţi bine, inclusiv tu.

Înainte de a spune cuiva ce gândeşti, examinează-ţi motivele. O faci pentru el sau i-o faci lui – pentru a-l manipula sau răni sau pentru a-l convinge că-i eşti superior? Şi aminteşte-ţi: Chiar dacă intenţia ta este de a oferi un sfat util, dacă acel sfat nu a fost solicitat, el va fi probabil interpretat ca o critică şi nu va fi de niciun folos.

Majoritatea conversaţiilor conţin ceea ce gândesc oamenii, ceea ce gândeşte vocea din cap, nu fapte, nu comunică informaţii. Conţin atracţiile şi repulsiile oamenilor, păreri, dorinţe, temeri, judecăţi, presupuneri despre ceilalţi şi poveşti despre ceea ce s-a întâmplat (de obicei, cu unele înflorituri). În majoritatea conversaţiilor, ego-ul îşi exprimă viziunea asupra lumii. Îşi expune lumea sa interioară pentru ca toţi să o vadă.

Poţi afla multe despre ego-ul tău observând ce transmite celorlalţi. Acesta ar putea fi singurul merit al acestor tipuri de discuţii. În cel mai bun caz, ele facilitează interacţiunile sociale, dar dacă sunt singurele tipuri de convorbiri pe care le ai, îţi vor lăsa o senzaţie de deşertăciune. Despre ce vorbesc ego-urile nu este chiar atât de interesant, cu excepţia cazului în care îţi plac melodramele, bârfele şi stârnirea emoţiilor, care sunt preferatele ego-ului.

Nu pot fi purtate nişte dialoguri reale între ego-uri, care sunt mai interesate de ceea ce au ele însele de spus decât de ceea ce au alţii de spus. Ego-urilor le place să discute cu alte ego-uri, dar, de obicei, în scopul de a le convinge de dreptatea lor, nu pentru a afla informaţii noi.

Ego-urile nu sunt prea interesate să înveţe şi să se dezvolte. Pentru aceasta, conversaţia ar trebui să treacă dincolo de nivelul ego-ului, de la „gândesc" sau „cred", la nivelul mai profund şi mai adevărat al lui „nu ştiu". Mintea care crede că ştie este o minte închisă, în timp ce mintea care admite că nu ştie este încă deschisă la noi informaţii. Observaţi cât de multe pretinde ego-ul că ştie, cât de mult ţine la ceea ce pretinde că ştie şi cât de puţin doreşte să admită că nu ştie. Mult mai multe nu se ştiu decât se ştiu şi ar fi o dovadă de înţelepciune să fii sincer în această privinţă.

Oamenii cu mintea deschisă au o şansă reală de a comunica, de a învăţa şi de a creşte, dar asta îi solicită să iasă din ego şi să intre în Inimă, unde iubirea şi adevărul pot fi explorate şi descoperite împreună.

Când spun „să intre în Inimă”, nu mă refer la alunecarea în sentimentalisme, deoarece emoţiile aparţin sinelui fals. Vorbesc despre Inima spirituală, care te conectează cu înţelepciunea ta înnăscută, adevărata cunoaştere, intuiţia ta. Când te afli în Inimă, atunci devine posibil să spui ceva realmente semnificativ în acel moment şi adevărat în sensul cel mai profund al cuvântului. Când Inima are ceva de spus, îţi dă de ştire printr-un imbold de a vorbi. Această senzaţie că ceva trebuie să fie spus prin tine, deşi nu eşti sigur ce va fi, vine din Inimă. Atunci când Inima este gata să vorbească, cuvintele izvorăsc şi eşti la fel de surprins ca oricine, pentru că nu ştiai ce vei spune. Cuvintele, pur şi simplu, ţi-au ieşit pe gură. Cuvintele care vin din Inimă îi fac pe toţi să se relaxeze şi aşa vei şti că ai spus adevărul.

Acum, compară cu ego-ul! Când ego-ul vorbeşte, şi atunci simţi o presiune de a vorbi, dar e din cauză că ego-ul vrea să vorbească despre sine, vrea să i se dea atenţie sau vrea să demonstreze că ştie ceva. Gândurile despre ceea ce vrei să spui ţi se învârt în cap în timp ce aştepţi cu nerăbdare ocazia de a vorbi. Apoi, când începi să vorbeşti, simţi o contracţie în corp şi o preocupare pentru propria persoană, toate acestea semnalând că ego-ul tău este în funcţiune. După ce ai terminat de vorbit, nu există o senzaţie de „Ahh”, de relaxare, ci că ai nevoie de mai mult: adică ai nevoie de aprobare pentru ceea ce tocmai ai spus, ai nevoie de mai multă atenţie, ai nevoie de a te simţi special.

Nu te simţi bine când ai astfel de nevoi. Nu există pace când ai nevoie de ceva. Nevoia te face să te simţi mic şi contractat, nu relaxat şi în largul tău. Se dovedeşte că încercările tale de a obţine ceva personal dintr-o conversaţie nu fac decât să se întoarcă împotriva ta, lăsându-te cu o dorinţă nesatisfăcută pentru ceva ce nu poţi căpăta niciodată îndeajuns. Ego-ul este o groapă fără fund care nu poate fi umplută niciodată.

Aşa cum am spus adesea, contracţia este un semn al identificării cu ego-ul, în timp ce relaxarea este un semn al armonizării cu sinele divin, cu Adevărul. Minciunile şi nevoile, dorinţele şi temerile şi preferinţele nu te lasă niciodată să te simţi relaxat şi complet, în timp ce adevărul o face, indiferent că este un adevăr relativ sau Adevărul cu majusculă. Ştii când

auzi adevărul, deoarece corpul tău se relaxează şi se simte în largul său. Când auzi adevărul, simţi fie un „Ahhh” (de uşurare), fie un „Ah-ha” (de surpriză plăcută)!

Corpul tău este un instrument minunat de ghidare a conversaţiilor. Chiar şi numai când te gândeşti să dai glas ego-ului, te vei contracta energetic. Pe de altă parte, când dai glas adevărului sau la ceva ce vrea să vorbească prin tine, te simţi încântat şi, în acelaşi timp, în pace.

Acestea sunt două stări foarte diferite, deci nu sunt atât de greu de distins, dar trebuie să vrei să dai atenţie stării şi trebuie să vrei să rămâi fidel adevărului mai mult decât să-ţi urmezi tendinţele prestabilite. Asta nu-i atât de uşor, deoarece ego-ul tău doreşte cu tărie să facă ceea ce a făcut întotdeauna. Vrea să creeze melodramă şi probleme, să stârnească emoţii, să aibă dreptate, să fie special şi să obţină atenţie.

Soluţia este, în primul rând, să observi ce pune la cale ego-ul. Observă cum te împinge ego-ul să vorbeşti, observă ce fel de lucruri doreşte ego-ul să spui şi, cel mai important, observă ce încearcă să obţină pentru sine spunând ceea ce spune. Încearcă să aibă dreptate? Să fie superior? Să fie special? Încearcă să atragă atenţia? Încearcă să fie Cel care ajută sau Mântuitorul altora? Încearcă să-şi ridice statutul în lume sau să obţină altceva ce îşi doreşte de la alţii? Ego-ul are întotdeauna un interes. Care este interesul ego-ului tău? Asta trebuie să examinezi când eşti împreună cu alţii.

În al doilea rând, când eşti cu alţii, fă un efort conştient de a nu vorbi sau a vorbi foarte puţin. Când simţi imboldul de la ego să vorbeşti, abţine-te.

Cu cât îţi reţii mai des impulsurile egotice, cu atât devine mai uşor acest lucru. Acest lucru necesită exerciţiu, dar cu practica, în cele din urmă îţi vei stăpâni ego-ul.

Sinele divin este receptiv. El ascultă, şi asta este, de fapt, ceea ce vor alţii de la tine. Când asculţi, iubirea curge de la tine spre alţii şi apoi înapoi la tine. Sinele divin este întotdeauna amabil. Când vorbeşti, cuvintele să-ţi fie blânde. Oferă-ţi acest cadou ţie şi celorlalţi. Bunătatea este mai sinceră decât asprimea, pentru că bunătatea vine din adevăr – adevărul cel mai profund, acela că eşti iubire şi eşti aici să iubeşti.

Vă mulţumesc că aţi fost aici. Vă mulţumesc că vă devotaţi iubirii. Eu sunt cu voi mereu.»

Capitolul 18

SFÂRŞITUL ILUZIILOR

«Adesea, oamenii îi invidiază pe alţii pentru ceea ce deţin sau cum arată, pentru prietenii pe care îi au, pentru meseria sau viaţa lor în general. Îşi imaginează că ceilalţi sunt mai fericiţi şi mai împliniţi decât ei înşişi. Mintea face în mod firesc acest lucru: îşi imaginează o viaţă mai perfectă decât o are şi îşi imaginează că alţii chiar au viaţa pe care ea şi-o imaginează, fără să-şi dea seama că acestea sunt doar imaginaţii. Oamenii cred aceste iluzii. Aceste iluzii devin realitatea lor.

Ideea este că viaţa nu seamănă cu imaginaţia. Viaţa în această dimensiune fizică este una a dualităţii. Dacă cineva este frumos, de exemplu, asta nu va dura, iar cât timp frumuseţea durează, există argumente pro şi contra ei. Orice are atât avantaje, cât şi dezavantaje. Aceasta este dualitatea. Acesta este adevărul. Nimic nu vine doar cu avantaje, decât în imaginaţia ta.

Este important să vezi acest lucru, pentru că-i uşor să te laşi păcălit de visele şi dorinţele tale gândind: „Voi fi fericit când ...” sau „Dacă aş avea asta, aş fi fericit”. Acestea sunt exemple de minciuni pe care ţi le spune vocea din minte.

Toate minciunile care formează iluzia par chiar adevărate, deşi nu sunt. Aceasta este natura unei iluzii: ceva pare adevărat sau real, deşi nu este aşa. Mintea născoceşte o realitate iluzorie şi apoi trăieşte ca şi cum ar fi adevărată. Chiar ţi pare adevărat că ai putea duce o viaţă de vis. Chiar ţi pare că bărbatul sau femeia visurilor tale ar exista în realitate.

Nu spun că nu poţi avea o viaţă minunată sau un partener minunat. Spun doar că acea viaţă şi acel partener nu se vor potrivi cu imaginaţia ta. În viaţa reală, există suişuri şi coborâşuri, bucurii şi dificultăţi, lucruri care îţi plac şi nu îţi plac despre viaţă sau partener.

Imaginaţiile includ doar o parte a poveştii. De aceea sunt o minciună, o iluzie. Problema când crezi minciuni este că duc la suferinţă: Dacă crezi că viaţa sau o persoană ar trebui să fie într-un anumit fel, atunci ori de câte ori nu se întâmplă aşa, vei fi nefericit şi vei ocărî viaţa sau vei fi supărat pe ceilalţi: „Nu aşa trebuiau să meargă lucrurile!”

Desigur, ştii asta. Ştii că viaţa şi oamenii nu sunt perfecţi. Dar chiar ştii?! O parte din tine – sinele mai primitiv, ego-ul – nu ştie acest lucru şi tânjeşte după perfecţiune, după ceva şi cineva care se potriveşte ideilor şi viselor sale. Ego-ul este cel ce se supără când viaţa sau ceilalţi nu se conformează. El nu trăieşte în realitatea concretă, ci într-o realitate imaginară, unde crede că ar trebui să poată obţine orice îşi doreşte.

Latura ta raţională ştie şi vede adevărul despre viaţă, dar latura ta iraţională, ego-ul, nu vrea să vadă adevărul şi pretinde altceva. Această latură iraţională a ta are o voce şi aceasta este vocea din capul tău (şi este şi vocea din capul altor oameni).

Latura raţională ar putea avea şi ea ceva de spus în minte, deoarece majoritatea dintre voi aţi învăţat să fiţi raţionali şi să contracaraţi într-o oarecare măsură partea voastră iraţională, ceea ce este cu siguranţă folositor. Şi totuşi, vocea ce se aude este, în cea mai mare parte, vocea ego-ului primitiv.

Dacă nu sunteţi conştienţi de acest lucru, şi de iluziile şi percepţiile greşite ale ego-ului, este posibil să vă simţiţi foarte dezamăgiţi, şi aşa se simt majoritatea oamenilor. Ego-ul nu este foarte fericit în viaţă!

Dezamăgirea este semnul că ai avut o fantezie şi o aşteptare cu privire la ceva sau la cineva, care nu a fost împlinită. Dezamăgirea este atât de normală, atât de frecventă. Şi totuşi, dacă nu ai fi crezut niciodată că ceva sau cineva ar fi sau ar trebui să fie într-un anumit fel, nu ai fi fost niciodată dezamăgit. Te vei simţi dezamăgit doar în măsura în care crezi în plăsmuirile tale şi te ataşezi de ideea ca lucrurile să fie într-un anumit fel.

O mare parte din tristeţea, mânia, blamarea şi resentimentele pe care le simt oamenii provin din această tendinţă de a crede că viaţa ar trebui să fie sau că va fi într-un anumit fel. Oamenii chiar cred această minciună. Nu le trece prin cap să se întrebe: „De ce ar trebui să fie aşa? Cine spune asta?" Nu îşi dau seama că este ego-ul lor care spune asta, când, de fapt, viaţa este ceea ce este şi va fi ceea ce va fi, indiferent de ce crede ego-ul.

Oamenii nu pun sub semnul întrebării sursa emoţiilor lor. Ei presupun că emoţiile lor apar din vina vieţii sau din vina cuiva care nu s-a ridicat la nivelul închipuirii, aşteptărilor lor. Dar viaţa şi ceilalţi oameni nu sunt aici pentru a se conforma imaginaţiei tale!

Prezentat în acest fel, este destul de uşor să vezi cât de egocentric este să crezi că imaginaţiile tale au sau ar trebui să aibă o influenţă asupra vieţii. A gândi aşa este iraţional, dar aşa este ego-ul. Ego-ul este iraţional. Până când aceste gânduri iraţionale sau minciuni sunt analizate, ele vor continua să inducă în eroare oamenii şi să îi facă nefericiţi. Şi, din păcate, oamenii nefericiţi îi rănesc şi dau vina pe ceilalţi pentru nefericirea lor.

Emoţii precum tristeţea, mânia, învinovăţirea altuia şi resentimentele provin din încrederea în minciuni. Dacă nu înţelegi acest lucru, vei continua să ai astfel de emoţii. Pentru a te elibera de ele, trebuie să-ţi examinezi convingerile care stau la baza lor. Atâta timp cât îi învinovăţeşti pe alţii sau viaţa pentru astfel de emoţii, nu te vei elibera niciodată de ele. Sunt emoţiile tale. Tu le-ai creat, oricât de inconştient – nu alţii, nu viaţa. Acest lucru este valabil pentru toate emoţiile, cel puţin pentru cele care te fac să suferi. Oamenii nu sunt responsabili pentru gândurile care le trec prin minte, din moment ce nu ei le-au pus acolo şi nu au niciun control asupra lor. Gândurile le vin în minte la toţi din aceeaşi sursă: subconştientul, unde este stocată programarea egotică şi alte condiţionări. Apoi, dacă aceste gânduri rămân neanalizate şi sunt crezute, aşa cum se întâmplă la majoritatea oamenilor, ele generează emoţii.

Într-un sens, oamenii nu sunt responsabili pentru emoţiile lor, deoarece majoritatea nu sunt conştienţi de modul în care gândurile lor se transformă în emoţii. Ei nu sunt conştienţi de programarea care îi conduce şi, prin urmare, sunt la mila ei. După ce obţii o anumită conştientizare a gândurilor şi îţi dai seama că ele îţi creează emoţiile, poţi pune capăt acestui proces inconştient. Poţi înceta să fii la mila emoţiilor tale negative. Observă că nu am spus că vei elimina toate emoţiile, ci că nu vei mai fi controlat de ele.

Această eliberare de influenţa emoţiilor este un progres uriaş în evoluţia unei persoane şi are implicaţii enorme pentru umanitate în ansamblu. Printr-o combinaţie de înţelegere şi evoluţie, fiinţele umane vor înceta în cele din urmă să se urască şi să se rănească reciproc. Războiul se va opri. Conflictele vor fi soluţionate paşnic.

Cum se poate realiza aceasta? Înţelegerea necesară pentru a realiza aceasta este chiar aici. Tocmai ţi-am dat-o: conştientizează-ţi gândurile.

Apoi, vezi că ele te determină să crezi lucruri neadevărate despre tine, despre ceilalţi şi despre viaţă. Apoi, vezi că aceste neadevăruri te fac să te simţi supărat, temător, trist şi duşmănos. Apoi, vezi că aceste emoţii sunt cauza tuturor războaielor, conflictelor, suferinţei şi durerii.

Dacă vrei să pui capăt războiului, conflictului, suferinţei şi durerii (şi cine nu ar vrea?!), atunci vezi falsitatea gândurilor din spatele emoţiilor tale negative. Învaţă să vezi viaţa aşa cum este ea cu adevărat, nu aşa cum o înfăţişează iluzia. Mai presus de toate, învaţă să accepţi viaţa aşa cum este şi învaţă să îi accepţi pe ceilalţi aşa cum sunt, adică să-i laşi să fie aşa cum sunt ei. Trăieşte şi lasă-i să trăiască.

Aceasta este calea către pace şi fericire pentru toţi. Aceasta este singura speranţă pentru umanitate, singura direcţie posibilă acum. Războiul şi ura trebuie să se oprească şi se opresc pe măsură ce fiecare persoană pune capăt durerii lăuntrice, văzând adevărul despre vocea din mintea sa şi stăpânindu-şi emoţiile.

Aşadar, voi mai vorbi despre cum se face acest lucru, deoarece este atât de important. În primul rând, conştientizarea gândurilor se dezvoltă în meditaţie. Meditaţia este cea mai rapidă modalitate de a dezvolta această abilitate. Ca toate abilităţile, a fi conştient de gândurile tale se învaţă practicând, nu doar citind despre asta. Cei mai mulţi oameni nu s-au gândit niciodată să-şi examineze gândurile şi, fără o practică precum meditaţia, majoritatea nu sunt capabili să facă asta, cel puţin nu în mod consecvent.

Totuşi, nu este suficient să fii conştient de gândurile tale dacă nu le pui la îndoială validitatea. Să fii abil în observarea gândurilor nu este suficient pentru a te elibera de emoţiile alimentate de ele. Dacă nu vezi că gândurile tale se bazează pe presupuneri false despre viaţă, nu te vei elibera de emoţiile cauzate de aceste presupuneri false.

Autoinvestigaţia este practica de a pune sub semnul întrebării gândurile: „Oare este asta întotdeauna adevărat?” ar fi întrebarea de bază. Ceva care este adevărat este adevărat întotdeauna, de-a lungul timpului. Dacă ceva nu este întotdeauna adevărat, atunci este un adevăr parţial, adică, în esenţă, o minciună. Mintea ta şi a tuturor este plină de aceste jumătăţi de adevăruri, opinii, presupuneri şi generalizări, care sunt considerate adevărate. Prin autoinvestigaţie, descoperi că foarte puţine dintre gândurile care îţi trec prin minte pot rezista la acest test.

Am spus multe despre aceste minciuni în alte cărţi, aşa că vă îndemn către ele, în special “O viaţă eroică”. Deocamdată, spun că este posibil să te eliberezi de reactivitatea emoţională. Ce înţeleg prin aceasta este că, de exemplu, furia ar putea să apară, dar nu vei reacţiona la ea: Nu vei acţiona conform ei şi nu-i vei da glas – cel puţin, nu foarte tare sau nu mult timp.

Acesta este maximul care se poate aştepta de la tine ca fiinţă umană. Nu este realist să crezi că nu vei mai simţi vreo emoţie odată ce vei avansa spiritual. Trezirea sau iluminarea nu sunt lipsite de emoţii, dar există o relaţie diferită cu ele. Pe măsură ce evoluezi, poţi schimba şi chiar se schimbă modul cum tratezi emoţiile. Relaţia cu ele se modifică: Este posibil ca să ai o emoţie, dar ea nu te are pe tine. Către asta vă îndreptaţi, tu şi umanitatea, către o nouă relaţie cu emoţiile voastre.

Vă mulţumesc că aţi fost aici. Vă mulţumesc pentru hotărârea voastră de a vă trezi din ego. Sunt mereu cu voi.»

Capitolul 19

LUCRUL CU EMOŢIILE

«Deşi am scris deja destul despre cum să lucrezi cu emoţiile, acesta este un subiect atât de important, încât aş dori să-l abordez şi astăzi. Când simţi furie sau orice altă emoţie neplăcută, pur şi simplu, asta e şi gata. Asta apare în acest moment. A fi prezent sau a trăi în Prezenţă înseamnă să accepţi orice apare, iar dacă este o emoţie, datoria ta este să o recunoşti şi să o accepţi.

Acceptarea nu înseamnă că trebuie să îţi placă furia, de exemplu, sau supărarea; trebuie doar să accepţi că aşa te simţi acum. Prin acceptare înţeleg să recunoşti adevărul despre cum te simţi şi să laşi emoţia să stea acolo cât va sta, timp în care tu fie investighezi gândurile care au contribuit la apariţia ei, fie îţi vezi de treburi, lăsând-o în pace.

Recunoaşterea unei emoţii, acceptarea ei şi lăsarea ei în pace, îi permite emoţiei să se relaxeze şi să se estompeze, în loc să avanseze şi să

crească. O emoţie este alimentată când continui să repeţi gândurile care au creat-o şi când aduni mai multe gânduri, lucru pe care mintea îl va face în mod firesc, dacă o vei lăsa. Când faci asta, emoţia va căpăta forţă şi va părea mai reală şi mai adevărată, deoarece mintea caută şi găseşte justificări de ce te simţi aşa. Atunci, emoţia va fi mai greu de calmat, mai elocventă şi mai probabil să se manifeste în moduri dăunătoare.

Pe de altă parte, dacă reprimi o emoţie împotrivindu-i-te sau prefăcându-te că nu este acolo, ea poate dispărea pentru o vreme, dar se va întoarce şi va fi la fel de puternică ori de câte ori repeţi aceleaşi gânduri sau ori de câte ori este declanşat complexul inconştient din care ea face parte. Problema cu reprimarea emoţiilor este că nu le vindecă, deoarece nu se face nicio investigaţie care le-ar vlăgui. Doar stau pitite până la următoarea ocazie care le declanşează.

Mulţi oameni nu ştiu că, pentru a vindeca o emoţie, metoda este să o înţelegi cu blândeţe, iubire şi curiozitate. Până de curând în istoria voastră, oamenii nu au înţeles această metodă simplă pentru a face faţă emoţiilor, şi mulţi încă nu au auzit nici până astăzi despre ea. Aşadar, o să vă explic mai detaliat.

Dragostea vindecă. Vă vindecă relaţiile, vă vindecă corpul, vă vindecă mintea şi vă vindecă emoţiile. Când oferi dragoste la orice – unei persoane, corpului tău, unui gând sau unei emoţii – se relaxează şi se întoarce la Întreg, la iubire şi pace. Împotrivirea, pe de altă parte, perpetuează aspectul căruia îi rezişti şi te blochează în lumea ego-ului, pe tărâmul mental.

Iubirea nu aparţine tărâmului mental, ci tărâmului subtil al sinelui divin. Iubirea este balsamul care poate vindeca mintea şi tot stresul, lupta, confuzia şi emoţiile negative pe care le provoacă mintea. Iubirea vindecă, pentru că este în afară şi dincolo de minte. Iubirea vindecă, pentru că este adevărată şi reală, în timp ce gândurile şi emoţiile tale nu au realitate decât în cadrul iluziei. Nu au adevăr în ele însele.

Dragostea anulează sau neutralizează gândurile şi emoţiile, deoarece iubirea este mai puternică decât gândurile şi emoţiile, căci iubirea este mai adevărată. Iubirea străpunge prin iluzia născocită de gânduri şi emoţii, pentru că iubirea este Adevărul. Iubirea este antidotul pentru tot ceea ce vă distruge ca indivizi, ca societate şi ca lume.

Oricât de misterioasă ar fi dragostea, toată lumea ştie să iubească. A dărui dragoste înseamnă, în esenţă, să acorzi atenţie deplină – fără gânduri – la ceva sau cuiva. Când faci asta, iubirea curge în mod natural din interiorul tău spre lucrul la care eşti atent.

Acest fapt poate să nu fie evident, dar numai pentru că, de obicei, gândurile se amestecă în acest flux natural. Iată un motiv pentru care meditaţia este atât de importantă pentru pacea ta şi a lumii: Dacă nu înveţi să fii pe deplin prezent la ceva sau cu cineva fără gânduri sau ţinându-ţi gândurile în fundal, iubirea nu va curge sau nu va curge într-o măsură completă. Gândurile împiedică fluxul iubirii în viaţă.

Aşa se explică de ce iubirea curge atât de uşor între voi şi animalele de companie. De cele mai multe ori, gândurile lor nu se amestecă în modul cum ele rămân în prezent şi în largul lor. În parte, ele sunt atât de uşor de iubit pentru că sunt atât de sincere, de inocente, căci nu au gânduri complexe. Atunci când vă eliberaţi de gânduri, şi voi sunteţi uşor de iubit şi vă este uşor să iubiţi.

Animalele de companie vă aduc în momentul prezent şi vă scot din gândurile despre ce aveţi de făcut, cine sunteţi şi unde vă duceţi. Doar sunteţi acolo, cu ele, iubindu-le, fără identitatea voastră obişnuită. Animalele de companie sunt unii dintre cei mai mari învăţători ai iubirii. Ele îndeplinesc acest serviciu pentru omenire. Ele sunt vindecătorii voştri.

Să-ţi iubeşti emoţiile nu înseamnă altceva decât să le observi, să le recunoşti, să accepţi că există şi să le laşi acolo. Apoi, aşa cum am spus, fie poţi merge mai departe şi să dai atenţie, iubirea ta, la altceva, fapt care întrerupe tendinţa de a îngrămădi alte gânduri peste cele care există deja; fie poţi rămâne cu senzaţia emoţiei din corp, observând cum este ea, fără să o analizezi sau să încerci s-o remediezi. Fii curios despre ea: Cum simţi această emoţie? Este densă? Grea? Intensă? Mută? Mare? Mică? Unde este în corp? Dacă ai putea să o desenezi, ce culoare ar avea? Ce formă ar avea?

Poţi merge şi mai în profunzime în această investigaţie întrebându-te: „La ce m-am gândit de mi-a provocat această emoţie?” Pune pe hârtie acele gânduri. Uită-te bine la ele. Întreabă: „Este întotdeauna adevărat acest lucru?” Când priveşti emoţiile şi gândurile drept în faţă, vei constata că iluzia pe care o inventează nu poate să reziste.

De asemenea, poţi, pur şi simplu, să stai în linişte alături de acea emoţie şi să inviţi fluxul intuiţiei să-ţi comunice de ce a apărut. În loc să analizezi mental emoţia, treci într-o stare deschisă de receptivitate, în care intuiţiile pot fi primite mai uşor. Aceste intuiţii apar adesea sub forma unui „A-ha!” Chiar dacă nu vine nimic, doar rămânând alături de emoţie fără gânduri este adesea suficient pentru ca emoţia să se relaxeze, să se destrame şi să se ducă. Ca un copil supărat, emoţiile tale au nevoie doar de recunoaştere şi puţină atenţie iubitoare, apoi se potolesc.

Modul în care oamenii îşi tratează, de obicei, emoţiile este contraproductiv, motiv pentru care emoţiile par a fi atât de problematice, când n-ar trebui să fie aşa. Odată ce ştii să te descurci cu emoţiile, nu sunt dificil de abordat. Dar dacă faci cum fac oamenii în mod natural, adică se învârt printre gânduri şi se enervează să simt ceea ce simt, asta doar agravează emoţia şi o menţine mai mult decât este necesar.

Durata de viaţă a unei emoţii este foarte scurtă. Emoţiile vin şi pleacă în mod natural, ca orice altceva în viaţă. Deci, dacă laşi, pur şi simplu, o emoţie să vină şi să plece fără să o alimentezi cu mai multe gânduri şi fără să-ţi doreşti să nu fi apărut, se va retrage mai repede. Iar dacă, totuşi, descoperi că o alimentezi cu gânduri sau îţi doreşti să nu fi apărut, este în regulă şi aşa. Doar observă că ai aceste gânduri.

Observarea este cea mai bună apărare în privinţa gândurilor şi emoţiilor. Doar observă gândurile şi emoţiile, şi observă şi gândurile de respingere a acelor gânduri şi emoţii. Observarea este adesea tot ce trebuie să faci pentru a te detaşa de vocea din cap şi de emoţiile pe care le produce. Observarea emoţiilor este adesea suficientă pentru a le dezamorsa şi a le putea lăsa să plece.

Dacă observarea şi acceptarea unei emoţii şi apoi acordarea atenţiei la altceva nu funcţionează, iar emoţia este persistentă sau revine, atunci petrece un pic mai mult timp cu emoţia, dă-i atenţia, iubirea ta. Stai cu ea. Poţi chiar să vorbeşti cu ea. Mulţi consideră că dialogul cu o emoţie, aşa cum ai face cu un copil mic pe care încerci să îl mângâi, poate ajuta la calmarea ei.

Invită-ţi emoţia în poală, ca şi cum ar fi un copilaş supărat. Imaginează-te că o îmbrăţişezi şi stai liniştit cu ea, legănând-o sau spunându-i: „Aşa, aşa. Va fi bine.” sau altceva liniştitor. Poţi chiar să

întrebi emoţia de ce se simte aşa şi ce are nevoie de la tine, şi este posibil să primeşti nişte intuiţii.

Să fii amabil în acest fel cu emoţiile tale – să fi bun cu tine însuţi – este un mod sănătos de a-ţi trata emoţiile. Ele fac parte din umanitatea ta şi trebuie tratate cu înţelepciune şi dragoste.

Sper ca aceste sugestii să vă fie de folos. Este atât de important să vă vindecaţi emoţiile. Deşi emoţiile nu vor dispărea niciodată complet, ele pot fi limpezite, încât să nu mai provoace suferinţe nici vouă, nici altora.

Vă mulţumesc că aţi fost aici. Vă mulţumesc că sunteţi dispuşi să faceţi această muncă emoţională cu voi înşivă. Sunt mereu cu voi.»

Capitolul 20

ÎMPĂRĂŢIA CERURILOR

«„Ce este raiul?" ai putea întreba. „Împărăţia Cerurilor este în interiorul tău" este o frază care îţi spune tot ce ai nevoie şi poţi ştii despre ceruri. Fiind în interiorul tău, această împărăţie diferă de împărăţiile naturii şi a omenirii, care sunt în mod clar în afara ta. Atunci, de ce s-o mai numim împărăţie? Această împărăţie lăuntrică este Împărăţia lui Dumnezeu, acolo unde locuieşte Dumnezeu. Dumnezeu locuieşte în tine. Raiul se află în tine.

Cerul nu este un loc în care te duci după ce mori, ci o stare de conştiinţă pe care o accesezi mergând în interior. Cerul este o stare sufletească, o stare similară cu mintea lui Dumnezeu, esenţa lui Dumnezeu. Această stare de conştiinţă care este raiul este o reflectare a conştiinţei lui Dumnezeu.

Toată creaţia este o expresie a conştiinţei lui Dumnezeu. Dar creaţia este chiar mai mult decât atât, întrucât Dumnezeu locuieşte şi în creaţie. Deşi un artist este separat de ceea ce creează, Dumnezeu nu este separat de creaţie. Dumnezeu trăieşte şi se exprimă prin creaţie. Dumnezeu îşi exprimă conştiinţa prin creaţie, iar această conştiinţă este în creaţie.

Totuşi, conştiinţa lui Dumnezeu poate fi contemplată şi explorată doar de acele creaturi care sunt simţitoare, cum sunteţi voi. Fiinţele umane sunt speciale, deoarece sunt capabile să cunoască şi să mediteze la acest mare mister din spatele creaţiei.

Simţirea înseamnă că eşti capabil de auto-reflecţie, ceea ce îţi permite să înţelegi că natura ta esenţială este Dumnezeu. Totuşi, a fi om implică şi un ego, care blochează această realizare. În descoperirea adevăratei tale naturi ţi se împotriveşte programarea care te face să crezi că eşti altceva decât Dumnezeu. Aşa este menit să fie, aşa ai fost conceput, dar este o mare piedică pentru realizarea-de-sine.

Pentru a-ţi descoperi conştiinţa care este din Dumnezeu, trebuie să fii dispus să mergi înăuntru. Prin „a merge înăuntru" nu mă refer la explorarea gândurilor şi emoţiilor, deşi este loc şi pentru asta. Explorarea gândurilor şi emoţiilor te va ajuta să înţelegi ideile false care alcătuiesc sinele fals, dar nu să înţelegi sinele tău divin.

A merge în interior înseamnă a merge pe tărâmul de dincolo de gânduri şi emoţii şi chiar senzaţii, pe tărâmul Inimii. Acesta este motivul pentru care multe învăţături spirituale au încurajat meditaţia şi au dispreţuit plăcerile senzuale şi materiale ale vieţii, care îi ţin pe oameni concentraţi asupra împărăţiei exterioare, în locul împărăţiei interioare.

Cu toate acestea, după ce ai descoperit împărăţia interioară, atunci împărăţia exterioară – lumea – devine mult mai preţioasă şi frumoasă şi extrem de plăcută. „Căutaţi mai întâi Împărăţia cerurilor şi toate celelalte vi se vor adăuga." Adevărata plăcere şi bucurie a lumii este posibilă numai după ce ai trăit şi cunoscut împărăţia interioară: conştiinţa care este din Dumnezeu.

Cum este această conştiinţă? Am vorbit des despre asta. Este conştiinţa iubirii, a bucuriei, a acceptării, a compasiunii, a recunoştinţei şi a păcii. Conştiinţa îmbrăţişează toate şi nu lasă nimic deoparte. Conştiinţa iubeşte viaţa necondiţionat. Cel mai simplu zis, este conştiinţa iubirii.

Ori de câte ori te afli într-o stare de iubire, trăieşti conştiinţa lui Dumnezeu. Când rămâi acolo, în iubire, suficient de mult timp, aluneci uşor în experienţa de a iubi orice. A iubi orice sau pe oricine este o poartă către iubirea necondiţionată pentru totul.

Acesta este motivul pentru care dragostea pentru un copil sau un animal de companie poate fi o experienţă atât de importantă şi puternică pentru fiinţele umane: Iubirea pentru ei te face să guşti din iubirea necondiţionată. Iubirea necondiţionată pe care o simţi cel mai uşor pentru copiii tăi, pentru animalele de companie şi pentru cei dragi este o poartă care te poate deschide să iubeşti tot ceea ce există şi să capeţi o mare dragoste şi preţuire a vieţii.

Totuşi, dacă te întorci în conştiinţa egotică după ce ai simţit dragoste pentru copilul sau animalul tău de companie sau persoana iubită, vei percepe din nou separarea dintre tine şi ceilalţi. Ei vor părea un pericol, poate pentru cei dragi sau pentru altceva de preţ. Ego-ul priveşte cu astfel de ochi. Pe de altă parte, dacă poţi rămâne concentrat pe experienţa iubirii din Inimă şi vei continua să priveşti lumea prin acea iubire, atunci vei percepe lumea aşa cum o percepe Dumnezeu, aşa cum o percepe sinele tău divin.

Ca să trăieşti în acest mod trebuie să păstrezi experienţa iubirii în timp ce eşti activ în lume. Acesta este un lucru care trebuie practicat şi, în cele din urmă, se va realiza pe măsură ce progresezi spiritual. Pe măsură ce petreci tot mai mult timp în conştiinţa divină, prin meditaţie sau alte practici spirituale, începi să poţi păstra această experienţă interioară a iubirii pe parcursul zilei, în lume.

Dar mai întâi, trebuie să cunoşti profund experienţa interioară a iubirii. O vei cunoaşte prin meditaţie şi alte practici spirituale, care te duc în împărăţia lăuntrică a cerurilor. Ajungi să cunoşti această împărăţie, ca orice altă împărăţie, petrecând timp în ea şi explorând-o, nu cu mintea, ci cu Inima ta, căci mintea nu poate intra în această împărăţie.

Când spun că mintea nu poate intra în împărăţia cerurilor, mă refer la aspectul minţii care creează senzaţia de separare de viaţă, considerându-se o entitate separată: „Eu sunt aşa. Îmi place asta. Am avut această experienţă. Vreau asta." Acesta este aspectul minţii care nu poate intra în împărăţia cerurilor: mintea egotică. Trebuie lăsată în urmă.

Pe de altă parte, intelectul tău, aspectul minţii tale care poate raţiona şi discrimina, este la fel de accesibil ca oricând în Împărăţia cerurilor. Iar înţelepciunea este şi mai accesibilă acolo, căci înţelepciunea nu vine din minte, ci din Inimă. Fără aspectul separat al minţii, adică ego-ul, înţelepciunea ta, care vine prin intuiţie, este mult mai accesibilă.

Să vă povestesc despre această împărăţie interioară. Nu este ca împărăţia fizică. Nu cu cele cinci simţuri poţi explora împărăţia interioară. În schimb, foloseşti un alt set de simţuri: versiuni mai subtile ale celor cinci simţuri, căci această împărăţie nu este fizică, ci subtilă. Când intri în împărăţia cerurilor este ca şi cum ai intra într-o lume diferită, care funcţionează dincolo de legile fizicii.

Împărăţia cerurilor, deşi subtilă, este la fel de reală şi chiar mai reală decât lumea voastră fizică, având propriile sale reguli şi legi. În această împărăţie interioară, nu există un ego care să te deruteze; există numai adevăr. Nu spun că interpretările minţii tale despre această lume interioară ar fi reale şi adevărate, ci spun că experienţele pe care le ai acolo sunt reale. Deoarece mintea nu poate să înţeleagă sau să interpreteze cu exactitate împărăţia lăuntrică, nimic din ceea ce spui despre ea, dacă ai putea găsi cuvinte, nu va fi complet adevărat.

Deşi unii învăţători spirituali spun că nici lumea nu este reală, totuşi, ca experienţă, lumea este reală. Gândurile tale despre ea cu certitudine că nu sunt reale, dar experienţa lumii este reală. Experienţa este reală şi demnă de încredere; în schimb, ideile sau poveştile tale despre experienţele interioare şi exterioare nu sunt reale şi de încredere.

Tot ce trebuie să ştii despre lumea interioară este că ea există ca o experienţă adevărată şi reală, dincolo sau sub experienţa lumii exterioare. Mintea diminuează şi respinge experienţa lumii interioare ca pe nimic, dar atunci nu rămâi decât cu ideile şi poveştile tale despre lumea exterioară, care nici măcar nu sunt experienţa reală a lumii exterioare.

Cunoaşterea lumii interioare dezvăluie adevărul despre lumea exterioară, fapt care reprezintă, într-o mare măsură, meritul cunoaşterii lumii interioare. Odată ce cunoşti lumea interioară, te vei bucura de lumea exterioară, în loc să te simţi nefericit sau frustrat din cauza ei. Lumea interioară dezvăluie frumuseţea şi valoarea lumii. Îţi arată adevărul despre ea, astfel încât să te poţi bucura, să poţi fi cu adevărat fericit în lume. „Căutaţi mai întâi Împărăţia cerurilor şi toate celelalte vi se vor adăuga.” Cunoaşte împărăţia cerurilor şi vei fi fericit. Fă asta şi vei deveni o binecuvântare pentru toţi.

Cunoşti lumea interioară cu simţurile tale subtile sau ceea ce se numeşte adesea “al şaselea simţ” sau percepţie extrasenzorială, adică

percepţie dincolo de cele cinci simţuri. Din acest motiv, explorarea tărâmului interior necesită, de obicei, închiderea ochilor şi o cameră în care simţurile nu sunt stimulate. Atunci, este posibil să treci uşor spre simţurile subtile şi să observi ce altceva mai este aici în afară de gânduri, de imaginile, sunetele şi senzaţiile celor cinci simţuri.

Odată ce nu mai participi la gânduri, emoţii sau senzaţii de la cele cinci simţuri, lumea interioară se deschide către tine. Ea a fost dintotdeauna acolo sub toate gândurile, dorinţele, emoţiile, sunetele, imaginile, senzaţiile şi alte distrageri aparţinând lumii fizice. Apoi, este doar o chestiune de a urmări atent experienţa subtilă, prin simpla conştienţă, observând ce se întâmplă la niveluri subtile lăuntrice, în împărăţia cerurilor, fără a încerca să interpretezi, să etichetezi sau să spui o poveste despre ce observi.

Lasă-te doar în seama experienţei subtile. Nu este nevoie să înţelegi experienţele de acolo şi, cel mai probabil, nici nu vei putea. Ai putea primi o intuiţie sau o înţelegere profundă utilă, dar scopul explorării tărâmului subtil este experienţa tărâmului subtil în sine. Experienţa tărâmului subtil este suficientă. Te îmbogăţeşte pe niveluri şi în moduri care nu pot fi şi nici nu-i nevoie să fie puse în cuvinte. Doar abandonează-te experienţei de a fi în acest tărâm subtil-interior pentru un timp. Dacă faci asta destul de frecvent, ţi se va schimba modul de a fi şi a te comporta.

Vă mulţumesc că aţi fost aici. Să petrecem acum ceva timp împreună în această împărăţie interioară. Sunt mereu cu voi.»

Capitolul 21

IADUL NU ESTE UN LOC ANUME

«Aşa cum am explicat într-un mesaj anterior, Împărăţia cerurilor se află în interiorul vostru. Acelaşi lucru este valabil şi cu Iadul. Nu există niciun loc numit Iad. Ca şi cerul, iadul este o stare de conştiinţă. Din fericire, raiul este starea ta naturală sau adevărată de conştiinţă, în timp

ce iadul este ceea ce trăieşti atunci când te identifici profund cu ego-ul în sensul său cel mai negativ.

Este o veste bună că iadul nu este starea ta naturală, deşi este starea de conştiinţă în care trăiesc majoritatea oamenilor, într-o măsură mai mare sau mai mică. În măsura în care se identifică cu ego-ul lor, sunt în iad. De ce? De ce este conştiinţa egotică atât de infernală? Este infernală, pentru că este opusă Adevărului. În starea egotică de conştiinţă, crezi că îţi lipseşte şi eşti separat de Tot-ceea-ce-este, şi asta, pur şi simplu, nu este adevărat. Viaţa este atât de bună cu tine, încât te face să te doară atunci când crezi o asemenea minciună, pe când Adevărul te umple cu pace şi iubire.

Dualitatea, care este experienţa oferită de această lume, înseamnă trăirea iubirii la un capăt al spectrului, adică raiul, şi absenţa iubirii la celălalt capăt al spectrului, adică infernul. Capătul infernal al spectrului înseamnă lipsa adevărului şi lipsa iubirii, motiv pentru care este iadul. Spectrul este o scală de iubire: de la iubirea deplină la măsuri tot mai mici de iubire.

Ideea este că nu există un opus al iubirii. Opusul iubirii este o absenţă a iubirii, care are ca rezultat frica şi suferinţa. Oamenii suferă din cauza lipsei de legătură cu iubirea, cu Sursa şi cu adevărul, cauzată de încrederea în minciunile propagate de sinele fals prin vocea din cap.

Aceasta este o veste bună, deoarece remediul constă în a vedea adevărul – anume că, deşi te-ai putea simţi separat de Tot-ceea-ce-este, de fapt, nu eşti separat, n-ai fost niciodată şi nici n-ai putut fi. Tu aparţii Sursei, la fel cum degetele aparţin mâinii. Eşti iubirea, chiar ea, travestită sub forma unui individ, a unui sine separat.

Nu ai de biruit în tine vreun rău, ci numai amăgirea: adică iluzia că eşti separat. Credinţa că ar fi separaţi de Dumnezeu, că ar fi altceva decât iubirea şi senzaţia de a fi separaţi îi determină pe oameni să facă uneori lucruri dăunătoare şi chiar rele. Dar nimeni nu este rău, întrucât nimeni nu este, de fapt, separat de iubire. Faptele distructive sunt făcute din frică, din disperarea de a supravieţui şi de a controla situaţia cu orice preţ.

Adevărul este că toată lumea este făcută din aceeaşi substanţă: dragostea. Când elimini iluzia că ai fi altceva decât iubire, te eliberezi de suferinţă. Atunci, sinele tău divin se dă în vileag, iar el este iubitor, bun şi

milos. Toată lumea, în esenţă, este iubitoare, bună şi miloasă. Dar dacă nu crezi că eşti iubire şi dacă nu eşti conectat la esenţa ta de iubire, nu te vei comporta cum trebuie. Te vei comporta conform fricii tale, senzaţiei de lipsă şi celorlalte credinţe greşite şi emoţii ale ego-ului.

Credinţele şi emoţiile sunt atât de puternice! Credinţele eronate şi emoţiile şi faptele care decurg din ele provoacă toată suferinţa din lume! Din păcate, credinţele sunt foarte greu de schimbat. Ego-ul, care este fundamentul sinelui fals, nu-şi schimbă uşor convingerile! Dacă credinţele s-ar schimba uşor, sinele fals nu s-ar mai putea auto-susţine.

În cel mai bun caz, ego-ul îţi dă doar senzaţia de a fi o persoană separată. În cel mai rău caz, senzaţia de separare a ego-ului cauzează tot felul de suferinţe ţie şi celorlalţi. Doare să fii separat! Doare să fii despărţit de dragoste, de Adevăr, de Dumnezeu. Iar oamenii care suferă tind să-i rănească pe alţii.

Această senzaţie de separare există deoarece, pentru ca Dumnezeu să poată crea şi să experimenta tot ceea ce El doreşte să creeze şi să experimenteze, a fost necesar să formeze în fiinţele umane senzaţia de a fi o persoană separată. În acest scop a fost creat ego-ul, iar ego-ul e de folos creaţiei prin aceasta.

Dar când a fost creat ego-ul, s-a mai întâmplat ceva: El s-a despărţit de iubire, ceea ce a creat posibilitatea ca fiinţele umane să se rănească reciproc, să lupte, să urască şi să trăiască alte emoţii negative, cum ar fi gelozia, invidia, duşmănia şi răzbunarea.

Nu toată lumea are un ego atât de îndepărtat de dragoste. Mulţi au un ego foarte bine gestionat şi controlat. Cu alte cuvinte, în spectrul iubirii, ei sunt undeva pe la mijloc sau spre capătul superior: Au un ego, dar ego-ul lor este temperat de iubire. Se identifică uneori cu ego-ul, dar nu întotdeauna. În cea mai mare parte a timpului, nu lasă ego-ul negativ să se amestece în relaţiile lor şi în acţiunile pozitive. Deşi se simt indivizi separaţi, ei au totuşi acces la esenţa lor de iubire.

Totuşi, o cu totul altă poveste este cu cei care se identifică intens cu ego-ul, cei aflaţi la celălalt capăt al spectrului. Ei au pierdut legătura cu dragostea. Ca o insignă de onoare, ei se mândresc că nu le pasă de ceilalţi, de parcă acesta ar fi semnul unei persoane puternice şi independente, nerealizând că „nimeni nu este o insulă” [n.tr. – citat celebru din poetul John Donne] şi că fericirea şi împlinirea adevărată nu

pot veni decât din dragoste, iubind semenii şi, mai mult, iubind viaţa şi iubindu-L pe Dumnezeu.

Cei desprinşi de dragoste, separaţi de Inimă, îi rănesc pe ceilalţi şi lovesc profund, deşi poate că nu în mod evident sau chiar nu-şi dau seama. Poate că au fost abuzaţi emoţional ori fizic sau vătămaţi în primii ani de viaţă şi, în consecinţă, s-au închis către dragoste. Aceştia provoacă cel mai mult rău în lume şi, în esenţă, trăiesc în iad.

Iadul este locul în care nu-ţi pasă de ceilalţi. Când nu-ţi pasă de ceilalţi, suferi, pentru că natura ta este să iubeşti. Ca să fii autentic, aliniat cu adevărata ta natură, trebuie să iubeşti. Când acţionezi împotriva adevăratei tale naturi, te va durea în mod obligatoriu, căci altfel, cum ai putea descoperi vreodată natura ta divină?!

Iadul este starea de conştiinţă în care eşti obsedat de propriul eu. Problema este că eul de care eşti pasionat este sinele fals, care, prin firea lui, nu este niciodată fericit. Suferinţa este cauzată de concentrarea ta pe ceea ce nu este adevărat – pe un sine care este fals şi pe minciunile născocite de el. Cum ai putea găsi fericire sau satisfacţie în aceasta?!

Sinele fals este un sine imaginar care este programat să zică: „Nu sunt în regulă. Nu eşti în regulă. Viaţa nu este în regulă.” Cum să nu te facă concentrarea pe un astfel de sine să te simţi altcumva decât mizerabil?! Sinele fals întâi creează nefericirea, apoi se luptă cu ea şi suferă din cauza acestei stări.

Dar asta nu este tot. Sinele fals, care se manifestă ca vocea din capul tău, este alcătuit din tot felul de neînţelegeri şi minciuni, cum ar fi ideea că ai avea nevoie de altceva decât ceea ce ai deja ca să fii fericit, când adevărul e că stă în firea ta să fii fericit. Iubirea te face fericit şi iubeşti în mod natural, iar iubirea nu necesită să fii cumva sau să ai ceva.

Vocea din capul tău îţi spune că nu ai tot ce trebuie ca să fii în regulă şi să fii fericit, când de fapt este invers. Această voce îţi creează sentimente de teamă, furie, desconsiderarea propriei valori, rivalitate, invidie, nemulţumire, tristeţe şi depresie. Iar aceste sentimente duc la decizii proaste şi conflicte cu ceilalţi şi, în cel mai rău caz, la un comportament infracţional în încercarea de a obţine ceea ce crezi că trebuie să dobândeşti pentru a supravieţui şi a fi fericit.

Sinele fals este un sine nefericit şi un sine nefericit nu-i iubeşte pe ceilalţi, iar cei care nu-i iubesc pe ceilalţi nu prea vor fi iubiţi. Deci, acesta

este un cerc vicios la propriu şi la figurat. O viaţă trăită ca ego, ca sinele fals, fără contact cu adevărata ta natură sau iubirea, este, într-adevăr, iadul.

Din fericire, majoritatea oamenilor nu sunt chiar atât de separaţi de adevărata lor natură, de dragoste. Majoritatea oamenilor înţeleg importanţa iubirii şi cred în dragoste, slavă Domnului! Dar este util ca aceia dintre voi care cunosc ce e dragostea să îşi dea seama că mai există şi dintr-aceia atât de rupţi de ea, încât nu ştiu cum este dragostea şi, deci, nu cred că ar fi reală sau importantă, deşi nu există nimic mai important. Acesta este motivul pentru care ei le fac rău altora.

Să fii rupt de ceea ce face ca viaţa să aibă sens şi să fie demnă de trăit – adică rupt de scopul vieţii – înseamnă goliciune sufletească, iar cei aflaţi în această situaţie încearcă să umple acea goliciune cu lucruri materiale, plăceri, bani, putere, recunoaştere şi altele. Dar astfel de lucruri nu sunt niciodată suficiente, pentru că ele nu te satisfac cu adevărat. Este iadul să flămânzeşti după mai mult şi să nu te saturi niciodată. Aşa se simt mulţi oameni.

Desigur, toţi ştiţi care este remediul. Pentru că vă aflaţi pe calea spirituală, aţi descoperit deja destul din adevăr ca să nu mai fiţi păcăliţi de astfel de minciuni. Cu toate acestea, merită a fi repetat că remediul este dragostea. Dragostea este materia din care sunteţi făcuţi. Dragostea stă la baza vieţii. Dragostea face ca lumea să funcţioneze, nu dragostea romantică, ci acest sentiment misterios din mijlocul pieptului, în zona Inimii, pe care îl numiţi dragoste, dar despre care nu puteţi spune mai mult.

Mesajul meu pentru voi astăzi, ca întotdeauna, este să mergeţi spre iubire. Fiţi iubire, exprimaţi iubirea, dăruiţi iubire şi atunci veţi fi fericiţi.

Vă mulţumesc că aţi fost aici. Vă mulţumesc că aţi fost deschişi la acest mesaj. Sunt mereu cu voi.»

Capitolul 22

INSPIRAŢIA

«Inspiraţia – de unde vine ea? E un mister, nu-i aşa? Inspiraţia nu este un gând sau o idee pe care ai avut-o înainte, deci nu vine din memorie sau din mintea inconştientă. Inspiraţia este o idee creativă, dar bazată pe ce? Nu se bazează pe cunoştinţe din trecut sau pe imaginarea unei posibilităţi viitoare. Este, pur şi simplu, un cadou, un cadou din partea zeilor, am putea spune, din lipsa altei explicaţii mai bune.

Cum altfel să explicăm inspiraţia?! Inspiraţia vine de nicăieri, pare plauzibilă, are un efect pozitiv asupra vieţii şi se potriveşte capacităţilor şi nevoilor tale într-un anumit moment. Acest ultim punct este important, deoarece inspiraţia vine exact la momentul potrivit, când este cea mai utilă, cea mai potrivită şi cea mai necesară. Având în vedere toate acestea, se pare că inspiraţiile provin de la o inteligenţă care are o înţelepciune dincolo de înţelegerea ta.

Prezint situaţia în acest fel pentru a sublinia că a crede într-o astfel de inteligenţă sau inteligenţe nu este o prostie, ci un lucru logic. Dacă admiţi că inspiraţia este reală, atunci ce altă explicaţie ai despre ea?! Inspiraţia este o experienţă reală în viaţa oricui. De aceea şi există un cuvânt pentru ea – este o experienţă obişnuită. Ştii ce este inspiraţia şi nimeni n-ar spune că nu există sau că nu este de folos. Propria ta experienţă este o dovadă în acest sens.

Şi atunci, de ce le este unora dificil să creadă că există un fel de inteligenţă în spatele unor chestiuni precum inspiraţia, intuiţia, premoniţiile şi alte experienţe similare pe care le au în mod obişnuit fiinţele umane?! Poate că nu poţi afla mai mult decât atât – anume, că o anumită formă de inteligenţă oferă aceste cunoştinţe şi imbolduri omenirii – dar a admite măcar asta nu este o prostie, ci, pur şi simplu, logic. Şi totuşi, mulţi se feresc să admită că cred în astfel de inteligenţe, chiar şi atunci când unii oameni sunt capabili să vadă sau să comunice cu ele, precum o face acest medium. Aşadar, să aruncăm o privire mai atentă la acest fenomen.

Inspiraţia şi creativitatea provin de la zei sau de la Dumnezeu. Evident, Dumnezeu este un creator, deoarece „Dumnezeu” este ceea ce

numim forţa creatoare din spatele vieţii. Şi Dumnezeu continuă să creeze prin creaturile autoreflective, cum sunteţi voi, inspirându-vă şi instruindu-vă intuitiv ce să creaţi şi cum să creaţi. Inspiraţia şi intuiţia sunt puntea dintre voi şi Dumnezeu, dintre lumea Nemanifestată şi lumile manifestate.

Pur şi simplu, aşa merg lucrurile. Este un fapt. Poate că nu este recunoscut sau acceptat ca un fapt, în general, dar asta nu înseamnă că nu este. Nu este acceptat, fiindcă oamenii sunt sceptici faţă de orice nu poate fi experimentat cu cele cinci simţuri, iar lumea non-fizică tocmai asta este. Totuşi, există o lume non-fizică care o influenţează pe aceasta, călăuzind şi modelând creaţia. Cu cât recunoşti mai mult acest lucru, cu atât ai mai multe şanse să cooperezi cu forţele care încearcă să creeze şi să influenţeze viaţa prin intermediul tău.

Fiecare creează ceva. Fiecare este un instrument al lui Dumnezeu. Acesta este scopul tău esenţial. Dumnezeu este interesat nu numai să aibă experienţe prin tine, ci şi să intervină în creaţie. Dacă ai fi Dumnezeu şi ai putea-o face, oare nu ai vrea să explorezi, să te joci şi să creezi în acest fel?! Nu-i oare aceasta suprema fericire, să te joci în creaţie, să o explorezi şi să înveţi făcând diverse lucruri într-o lume creată de tine?!

Ai fost făcut după chipul lui Dumnezeu. Ai multe caracteristici ale Făcătorului tău: Ca şi lui Dumnezeu, îţi place să înveţi, să explorezi, să creşti, să creezi şi să fii provocat. Îţi plac puzzle-urile şi rezolvarea problemelor. Îţi place să gândeşti şi să îţi imaginezi. Îţi place să iubeşti. Ai aceleaşi înclinaţii ca şi Creatorul, datorită legăturii cu Creatorul prin Inima ta. Inima este postul de comandă al Divinului. De aici îţi primeşti inspiraţia şi instrucţiunile specifice. Aşadar, voi spune câte ceva despre Inimă.

Inima este legătura ta cu inteligenţele însărcinate să te ajute să fii instrumentul şi agentul creativ care eşti menit a fi. Instrucţiunile nu îţi sunt transmise prin cuvinte de către aceste inteligenţe, ci printr-un sistem de comunicare mai subtil: prin intuiţie şi prin alte energii subtile, cum ar fi inspiraţia, iar pe multe dintre ele le recepţionezi în centrul pieptului, în zona inimii.

E dificil să povestim mai multe despre acest fenomen, deoarece limbajul este insuficient şi nepotrivit pentru tărâmul subtil. Există doar

câteva cuvinte pentru a descrie acest tip de comunicare: inspiraţie, intuiţie, download de informaţii, a-ha!, un bec ce se aprinde sau când simţi că ceva este corect (un „da”) sau incorect (un „nu”) .

Chiar dacă Inima comunică atât de subtil, oamenii sunt foarte conştienţi de acest tip de comunicare distinct de gândire. Şi, din moment ce majoritatea consideră această comunicare utilă, ea este, în general, preţuită. "Urmează-ţi inima!" suntem sfătuiţi şi toată lumea ştie ce înseamnă asta. Cu toate acestea, intuiţia sau inspiraţia nu este întotdeauna urmată, deoarece mintea îi face pe oameni să stea în dubiu chiar şi după ce au urmat-o.

Întrucât există întotdeauna motive contrarii, mintea îi poate deturna cu uşurinţă pe oameni să nu-şi urmeze intuiţia sau inspiraţia. Sarcina minţii este de a oferi o listă de argumente pro şi contra pe orice subiect, aceasta fiind utilitatea sa. Dar mintea nu are înţelepciunea de a stabili ce acţiuni ar împlini cel mai mult sufletul într-un anumit moment. Mintea vehiculează generalizări şi informaţii. Ea poate stabili doar ceea ce ar fi practic, prudent şi sigur pe baza experienţei şi cunoştinţelor anterioare. Nu ştie când să acţioneze sau ce este just de făcut la un moment dat.

Mai mult, mintea, în combinaţie cu ego-ul, are punctul său de vedere şi setul propriu de valori, care sunt adesea foarte diferite de cele ale sufletului sau Inimii. Mintea se preocupă mai mult de bunăstare şi siguranţă, în timp ce Inima, deşi nu desconsideră precauţile şi securitatea, are ca valori cele mai înalte evoluţia, îndeplinirea scopului vieţii şi iubirea.

Să-ţi îndeplineşti scopul vieţii este cel mai satisfăcător lucru pe care îl poţi realiza, dar mintea nu are idee care este sau cum să-l îndeplineşti. Mintea este un slujitor, un mecanism folositor instrumentului lui Dumnezeu, nu este stăpânul sau arhitectul vieţii tale. Inima este cea care deţine instrucţiunile destinate instrumentului lui Dumnezeu, despre cum să ducă el viaţa cea mai mulţumitoare cu putinţă.

Există multe alternative care ar putea îndeplini scopul sufletului tău – nu doar o variantă. Trebuie să alegi dintre diversele posibilităţi disponibile. În acest sens, ai nişte opţiuni. Dar dacă alegi în afara acelor posibilităţi, vei fi nefericit, pentru că acesta este modul sufletului de a te orienta către planul său. Când eşti aliniat cu scopul sufletului tău, vei fi fericit; când nu eşti, nu vei fi.

Din păcate, situaţia este puţin mai complicată. Ai putea trăi viaţa pe care eşti destinat s-o trăieşti şi totuşi să nu fii fericit, dacă asculţi prea mult de vocea din cap. Atunci, indiferent de viaţa pe care ţi-ai creat-o, nu vei fi fericit.

O altă complicaţie este că nu orice dificultate cu care te confrunţi este un semn că nu îţi urmezi Inima. Unele dintre provocările vieţii îţi sunt declanşate în mod intenţionat de inteligenţele care îţi ghidează viaţa. Provocările sunt un aspect important pentru evoluţie. Dacă bănuieşti că aceste provocări nu fac parte din plan, s-ar putea să te simţi victimizat şi supărat şi să ratezi binele ce ar putea rezulta din ele. Cheia pentru a face faţă oricărei provocări este atitudinea de acceptare, bunăvoinţă şi curiozitate faţă de experienţa respectivă: „Ce ar trebui să învăţ din asta?"

A-ţi urma Inima nu înseamnă că nu vei mai avea parte de provocări, ci că ele nu vor fi pricinuite de tine – adică, provocări venind din decizii neînţelepte şi nerespectarea planului sufletului tău. Desigur, înveţi şi din aceste provocări. Totul este spre bine. Fiecare experienţă contribuie la evoluţia sufletului tău. Dar viaţa devine mai uşoară când te aliniezi mai bine cu planul sufletului.

Cheia pentru a trăi viaţa pe care eşti hărăzit s-o trăieşti este să observi şi să fii deschis la orice îţi aduce ea. Îţi va aduce oamenii, resursele, oportunităţile şi inspiraţia de care ai nevoie pentru a construi această viaţă. Viaţa îţi aduce ceea ce ai nevoie. Inteligenţele din spatele vieţii te ajută să construieşti viaţa pe care sufletul tău o doreşte pentru tine şi să înveţi lecţiile pe care le are în vedere.

Este întotdeauna util să presupui că ţi se oferă experienţele şi oportunităţile de care ai nevoie pentru a evolua şi a-ţi crea o viaţă fericită. Când vei avea această atitudine, vei putea să te relaxezi şi să te bucuri de viaţă aşa cum este ea. Ego-ul se luptă cu viaţa şi este atât de nefericit. Dar nu trebuie să fii nefericit. Când vezi viaţa aşa cum este ea cu adevărat: adică mai mult în favoarea ta decât împotrivă, poţi fi fericit indiferent de ce îţi iese în cale.

Atât de multe lucruri sunt în afara controlului tău, deşi ego-ul pretinde că ar trebui să dirijeze totul. Vei simţi seninătate dacă accepţi că nu prea ai control şi, totuşi, ceva mult mai înţelept deţine controlul. Iar când eşti în pace, vei avea acces la toate resursele interioare care ţi s-au

oferit pentru a-ţi trăi viaţa, toată înţelepciunea şi dragostea de care ai nevoie.

Orice credinţe care te pot ajuta să te relaxezi şi să fii pe pace în viaţă merită păstrate, deoarece te vor ajuta să fii pe fază cu ceea ce Divinul intenţionează pentru tine. Eşti pe mâini bune. Te poţi relaxa şi bucura de această viaţă, acest dar preţios care ţi s-a oferit.

Vă mulţumesc că aţi fost aici. Vă mulţumesc pentru sincerul vostru interes de a înţelege Adevărul. Sunt mereu cu voi.»

Capitolul 23

ADEVĂRUL TE VA ELIBERA

«Faptul că în spatele vieţii stă iubirea nu este întotdeauna evident, nu-i aşa? De ce există durere, suferinţă, pierdere şi moarte dacă în spatele vieţii se află iubirea?! Aceste lucruri ne pot face să credem că Dumnezeu, să zicem, sau viaţa ar fi crudă şi nepăsătoare, deşi exact contrariul este adevărat. Este important să înţelegem adevărul pentru a ne elibera de tirania ego-ului.

Ego-ul blamează viaţa sau pe Dumnezeu pentru toată suferinţa pe care o simte, în timp ce chiar ego-ul este vinovatul. El percepe viaţa eronat. Suferă din cauza vieţii. Îţi spune că viaţa ar trebui să fie într-un anumit fel sau că tu ar trebui să fii într-un anumit fel sau că alţii ar trebui să fie într-un anumit fel, când, de fapt, viaţa, tu şi alţii sunteţi aşa cum sunteţi şi asta, pur şi simplu, trebuie să accepţi dacă vrei să fii fericit. Acceptând lucrurile aşa cum sunt, îţi schimbi percepţia vieţii. Nu mai suferi în toate acele feluri de care nu ai avut nevoie niciodată. Acele minciuni te înfurie pe tine însuţi, pe viaţă şi pe ceilalţi. Te fac să simţi că viaţa ar fi nedreaptă şi dură, când, de fapt, nu este aşa. Ideea că orice ar trebui să fie altfel decât este te face nefericit, or totul este aşa cum este, pur şi simplu. E prea târziu ca lucrurile să fie altfel. Lucrurile sunt aşa cum sunt şi nu pot fi, chiar acum, altfel decât cum sunt. Acesta este

adevărul. „Ar trebui” este o minciună, una dintre numeroasele minciuni şi jumătăţi de adevăr de care e vinovată mintea, care te fac să suferi.

Jumătăţile de adevăr şi minciunile spuse de vocea din capul tău creează dezacorduri şi conflicte în interiorul tău şi între tine şi ceilalţi. Aceste minciuni şi înţelegeri greşite te fac să suferi inutil. Viaţa este infinit mai uşoară şi mai plăcută odată ce accepţi adevărul despre ea. Semnul după care recunoşti adevărul când îl auzi este că adevărul are ca rezultat pacea, nu suferinţa. Adevărul te va face liber – îţi va da libertatea să te relaxezi şi să fii pe pace cu felul în care este viaţa.

Starea egotică de conştiinţă este o stare de nelinişte, de conflict, de disconfort şi de nemulţumire. Dacă simţi vreuna dintre acestea, înseamnă că tu crezi minciunile pe care ţi le spune vocea din cap. N-ai putea simţi niciun conflict interior dacă n-ai asculta aceste minciuni, deoarece adevărul are drept consecinţă pacea, dragostea, mulţumirea şi preţuirea vieţii. Adevărul este că viaţa este bună.

Dovada acestui lucru este în experienţa pe care o ai atunci când te opreşti din gândire sau când nu te mai implici în gândurile care îţi trec prin cap. Ce dovezi mai bune vrei decât propria experienţă?! Crezi că viaţa este aşa cum spune ego-ul, fiindcă atunci când îl crezi, exact aşa este experienţa ta. Asta ar părea o dovadă din punctul de vedere al ego-ului. Totuşi, atunci când încetezi să crezi semi-adevărurile şi minciunile pe care le spune ego-ul, rămâi fără nicio credinţă, doar cu viaţa, iar experienţa vieţii nu seamănă cu nimic din ceea ce spune ego-ul. Viaţa este binevoitoare şi o mare binecuvântare. Atunci care este adevărul? Există două experienţe posibile ale vieţii, una modelată de credinţele tale şi una liberă de credinţe. Care este cea adevărată?

Faptul că credinţele vă modelează experienţa de viaţă este unul dintre motivele pentru care nu se destramă Iluzia (cu majusculă) despre care vorbesc misticii. În societate, oamenii au credinţe similare, care creează o experienţă similară falsă a realităţii. Această experienţă comună a realităţii pare adevărată, dar nu este. Este o iluzie. Realitatea modelată de convingerile oamenilor nu este acelaşi lucru cu realitatea autentică.

Până când oamenii nu vor deveni suficient de curajoşi să pună sub semnul întrebării aceste credinţe, ei vor rămâne adepţii acestei realităţi imaginate. Faptul că atât de mulţi, prin convingerile lor, creează acelaşi

fel de realitate face foarte dificil să pui sub semnul întrebării credinţele ce stau la temelia acestei realităţi. Este nevoie de mult curaj pentru a face acest lucru, pentru a merge împotriva turmei.

Au existat întotdeauna unii dispuşi s-o facă, având diverse motivaţii: filozofi, mistici, guru-şi, rebeli şi liber-cugetători. Astfel de oameni au deschis deseori uşa unei noi paradigme sau a unei noi epoci pentru societate. Cei care doar merg cu turma nu iniţiază noi proiecte şi nici nu aduc schimbări.

Oamenii cu gândire liberă, cei dispuşi să uimească gloata, se nasc în societăţile care sunt gata să se trezească la un nou nivel de conştiinţă sau, în cazul revoluţiei tehnologice, la un nou nivel de progres. Vă aflaţi într-un moment în care ambele se întâmplă simultan. Astăzi, are loc atât o evoluţie spirituală accelerată, cât şi o revoluţie tehnologică.

Revoluţia tehnologică va necesita un anumit grad de evoluţie spirituală, dacă nu vreţi să vă distrugeţi avansând prea repede cu tehnologia, neavând previziunea şi înţelepciunea necesare. Suflete de ambele tipuri s-au întrupat în această perioadă pentru a vă accelera atât evoluţia spirituală, cât şi revoluţia tehnologică. Ambele zone au nevoie de accelerare, dacă doriţi să vă rezolvaţi problemele, în loc să creaţi şi mai multe.

Ideea este că a venit timpul ca umanitatea să se trezească la adevărul despre voi înşivă şi despre viaţă. Este timpul să vedeţi că problemele şi conflictele pe care le aveţi nu sunt create de alţii, ci de voi înşivă. Este timpul să vă asumaţi responsabilitatea pentru starea voastră interioară şi ceea ce rezultă din ea. Fiecare individ trebuie să îşi asume responsabilitatea pentru ceea ce trăieşte în viaţă. Nu sugerez aici să vă învinovăţiţi pentru modul în care trăiţi viaţa. Asumarea responsabilităţii înseamnă cu totul altceva decât a te auto-învinovăţi.

A-ţi asuma responsabilitatea înseamnă să vezi că îţi creezi experienţa de viaţă prin ceea ce îţi relatezi despre ea. Dacă nu îţi place experienţa ta de viaţă, atunci schimbă ceea ce îţi spui despre tine, despre ceilalţi şi despre viaţă. Spune-ţi o altă poveste. O poveste mai adevărată, mai completă te va face să te simţi pe pace, în loc să fii nefericit. Aşa vine pacea în lume, pe rând la fiecare individ.

Deţii controlul fericirii tale mai mult decât crezi. Nu stăpâneşti prea multe lucruri, dar eşti stăpân peste atitudinea interioară. Cam asta e tot

ce controlezi. Găseşte un punct de vedere care îţi aduce pacea. Orice atitudine sau poveste îţi aduce pacea este adevărul sau aproape de el. Recunoşti adevărul după cum te face să te simţi.

Nu sugerez să născoceşti poveşti neadevărate sau să te auto-amăgeşti, ceea ce nu-ţi va aduce pacea, ci găseşte o poveste mai adevărată, mai completă decât povestea stresantă sau negativă pe care ţi-o spui. De exemplu, dacă eşti nefericit deoarece crezi că nu vei fi niciodată fericit, atunci înţelege că aceasta este o imposibilitate, o minciună. Ar fi imposibil ca cineva să nu trăiască niciodată fericirea. Mai important, găseşte o modalitate să te simţi fericit chiar acum. Găseşte acele credinţe care îţi permit să te relaxezi şi să fii fericit acum. Observă ceea ce ai, nu ceea ce nu ai. Exersează recunoştinţa.

Trebuie să renunţaţi la toate ideile şi credinţele care duc la un conflict interior şi exterior. Toate sunt minciuni. Pentru ca societatea voastră să supravieţuiască, trebuie să eliminaţi toate aceste minciuni şi să vă sprijiniţi doar pe Adevăr. Voi şi numai voi puteţi face asta pentru voi înşivă. Prin aceste informaţii, acum vă împuternicesc, dar trebuie să le puneţi în aplicare.

Nu îţi mai spune lucruri care te fac nefericit şi te determină să faci lucruri care îi nefericesc pe ceilalţi. Când mintea îţi spune astfel de lucruri, observă-le şi spune: „Nu, mulţumesc. Acesta nu mai este adevărul meu.” Trăieşte fără o poveste sau spune-ţi o poveste care te elevează, dar nu mai spune poveşti care te fac nefericit. Nu mai da vieţii o turnură negativă şi vei vedea că viaţa nu este negativă, dar aşa ai făcut-o tu cu gândurile tale despre ea.

Viaţa este bună şi preţioasă. Este aici pentru tine, pentru a învăţa din ea, pentru creşterea şi plăcerea ta. Dacă nu te bucuri de ea, atunci află de ce: Examinează-ţi gândurile, căci acolo stă răspunsul la problema ta, nu stă în a obţine ceva mai mult sau a deveni altcineva. Nimic din viaţa ta nu trebuie să se schimbe pentru ca tu să fii fericit. Atâta timp cât crezi că problema este undeva, „în afară”, nu vei fi niciodată fericit. Problema este întotdeauna „înăuntru”, în modul în care gândeşti.

Spunând acest lucru, nu te învinovăţesc pentru felul cum gândeşti, întrucât chiar nu eşti responsabil pentru asta. Gândurile vin şi pleacă şi nu le faci tu nici să vină şi nici să plece. Dar tu eşti responsabil de ceea ce

faci cu gândurile care îţi vin. Le crezi? Crezi că îţi oferă informaţii precise şi utile? Le-ai examinat suficient înainte de a le accepta ca adevărate?

A crede gândurile fără să le analizezi este cam ca atunci când mănânci ceva fără să fii atent la ceea ce mănânci. Înainte să-ţi dai seama, s-a şi terminat, şi ai fost inconştient tot timpul. Exact aşa trec mulţi prin viaţă, înghiţindu-şi gândurile fără ezitare, iar apoi simţindu-se victimele rezultatelor.

Dar cine te-a victimizat? Din nou o spun, nu te învinovăţesc, pentru că eşti programat să ai aceste gânduri, să nu le examinezi, să le crezi şi să te simţi victimizat de ele. Aşa este predefinită omenirea. Aceasta este condiţia umană. Spun doar că te poţi elibera acum de condiţia asta cu puţină conştientizare-de-sine şi înţelegerea Adevărului.

Viaţa nu este aşa cum crezi tu că este. Viaţa este frumoasă, o minune, iar tu eşti aici pentru a o descoperi. Eşti menit să te eliberezi de închisoarea minţii tale şi să găseşti pacea „care întrece orice înţelegere" [n.tr. – Filipeni 4:7]. O găseşti îndepărtând minciunile una câte una până când rămâne doar adevărul, doar realitatea, aşa cum este ea. Pur şi simplu. Viaţa este pură şi viaţa este simplă. Ce binecuvântare este! Descoperă asta. Spune "nu" oricăror gânduri ce provoacă durere şi conflict şi află ce este viaţa cu adevărat. Spune "nu" împotrivirii venite din minte şi descoperă că numai opoziţia interioară la viaţa asta frumoasă este tot ceea ce a stat în calea bucuriei vreodată.

Vă mulţumesc că aţi fost aici. Vă mulţumesc pentru deschiderea către acest mesaj. Sunt mereu cu voi.»

Capitolul 24

RENUNŢĂ LA PRETENŢIA CUNOAŞTERII

«Iată o altă practică care îţi va grăbi creşterea spirituală: Abandonează pretenţia că ştii. Această practică îţi va accelera creşterea spirituală, pentru că este exact opusul setării tale implicite. Ai observat cât de mult se preface vocea din capul tău că ştie lucruri pe care nu le ştie

de fapt?! Născoceşte, iar asta se cheamă a minţi. Vocea din capul tău inventează multe; minte mult. Această pretenţie că ştii trebuie observată şi abandonată.

Ca vocea din cap să deţină puterea asupra ta, tu trebuie să o crezi. Trebuie să te convingă că merită să o asculţi, lucru pe care îl face pretinzând că ştie lucruri pe care ţi-ai dori să le ştii. Desigur, acest tu care doreşte să cunoască este sinele fals, dar aşa e aranjamentul care menţine iluzia: Sinele fals pretinde că ştie şi tot el este cel ce doreşte să ştie.

Toate acestea te ţin legat de vocea din cap. Acest tu este pierdut în lumea iluzorie creată de mintea egotică, dar tot acest tu se trezeşte şi descoperă adevărul. Aşadar, am putea spune că există un tu pierdut în iluzie (sinele fals), un tu care se trezeşte din iluzie şi un tu care nu a adormit niciodată (Sinele adevărat). Tu eşti toate astea!

Ce Mister amuzant! Când urmezi inconştient setarea predefinită, eşti falsul sine. Când ai ceva mai multă conştientizare şi conştiinţă, eşti cel care se trezeşte. Iar când te-ai scufundat complet în Mister şi ai pierdut orice simţ personal, devii Sinele divin.

Să-ţi examinezi gândurile pentru a descoperi pretenţia de a ştii a ego-ului este o practică importantă, deoarece această examinare demască minciunile care menţin iluzia. Când aceste minciuni sunt expuse, iluzia se destramă, iar ceea ce mai rămâne este Adevărul: realitatea, aşa cum este ea de fapt.

Realitatea este bună. Aşadar, eliminarea acestor minciuni este bună. Îţi dă libertatea să experimentezi viaţa altfel. Atâta timp cât crezi aceste minciuni, trăieşti realitatea aşa cum o percepe ego-ul, ceea ce nu-i prea drăguţ. Suferinţa vine în mare parte din faptul că dai crezare poveştilor scornite de vocea din capul tău. Când aceste minciuni nu mai sunt crezute şi realitatea este percepută cu adevărat, îţi rămân doar pacea, iubirea, bucuria şi mulţumirea. Viaţa e bună.

Există mai multe categorii de minciuni:

1. Minciuni despre trecut: Gândurile despre trecut sunt rareori gânduri despre detaliile unui eveniment. În schimb, le dai o anumită turnură şi ţi le relatezi în aşa fel ca să-ţi evoci o emoţie. Gândurile despre trecut sunt sub forma unei poveşti care serveşte scopurilor ego-ului, de obicei pentru a-ţi întări o identitate sau pentru a crea emoţii, care menţin în continuare iluzia. Ceea ce spui despre trecut este de obicei o poveste

despre tine, sinele fals. Sinele fals este creat şi menţinut de astfel de poveşti. Aceste poveşti sunt minciuni, pentru că sunt incomplete. Ele nu spun întregul adevăr şi, prin urmare, te ţin captiv într-o identitate mărginită.

2. Minciuni despre viitor: pretinzi că ştii ce se va întâmpla. Ego-ul vrea să simtă că deţine controlul şi, prin urmare, presupune cum va fi viitorul bazându-se pe trecut şi pe speranţele şi temerile sale de viitor. Aceste presupuneri sunt nişte invenţii. Oricât de multă experienţă au la bază aceste predicţii sau oricât de mult îţi doreşti sau te temi de ceva, ele sunt totuşi doar nişte predicţii, nu o cunoaştere adevărată. Viitorul va fi cum va fi şi acest lucru este cu totul imprevizibil. Imprevizibilitatea vieţii este foarte dificil de acceptat de ego, şi atunci încearcă să facă faţă pretinzând că ştie lucruri pe care, de fapt, nu le poate şti. Uneori, această pretenţie de a cunoaşte are un rol practic: Cel mai bine este să presupunem că soarele va apărea în fiecare zi şi că gravitaţia va continua să funcţioneze. Dar nu este util să presupunem că ştim cum va fi viaţa voastră în viitor, deoarece viaţa curge într-un flux continuu. Astfel de presupuneri te vor face nefericit.

3. Minciuni despre alţi oameni: Oamenii pretind că ştiu ce gândesc alţii, cum simt, ce le place sau nu le place, ce ştiu sau nu ştiu, ce cred ei, ce simt despre tine, ce anume vor face şi ce vor sau nu vor. Plăsmuirile tale despre alţii sunt minciuni pe care ţi le spui singur şi minciuni pe care le adesea le împărtăşeşti cu alţii. Proiectezi aceste închipuiri asupra altora şi reacţionezi în consecinţă, ca şi cum ar fi adevărate.

4. Minciuni despre tine însuţi: Oamenii pretind că ştiu cine sunt. Ei se cred a fi un set de caracteristici. Spun poveşti despre ei înşişi şi cred aceste poveşti, iar ele devin adesea profeţii autoîmplinite. Îţi creezi o anumită percepţie-de-sine prin ceea ce îţi spui despre tine însuţi. Schimbă-ţi povestea şi îţi schimbi percepţia-de-sine, sinele tău fals. Totuşi, orice poveste pe care o spui este o minciună, pentru că nu este întregul adevăr.

5. Minciuni despre viaţă: oamenii pretind că ştiu ce ar trebui sau nu ar trebui să se întâmple. Ei mai pretind că ar fi trebuit să se întâmple altceva decât ceea ce s-a întâmplat. Ei pretind că credinţele lor despre viaţă sunt adevărate: „Viaţa este grea.” „Viaţa nu are sens”. "Viaţa e scurtă." "Viaţa e minunată." Dar aceste credinţe sunt doar alte poveşti,

alte adevăruri incomplete. La ce sunt bune? „Viaţa este un mare mister” este o poveste care reflectă adevărul că nu ştii prea multe despre viaţă. Unele poveşti sunt mai aproape de adevăr decât altele şi, astfel, provoacă mai puţine suferinţe.

6. Minciuni despre Dumnezeu: De multe ori, oamenii pretind că ştiu cum este Dumnezeu şi ce vrea sau nu vrea Dumnezeu. De asemenea, ei pretind că ştiu ce este bine şi ce este rău pentru ei şi pentru ceilalţi. Dar mintea nu poate şti niciodată asemenea lucruri. Mintea este, la urma urmei, doar un computer şi nu are nicio înţelegere a misterelor vieţii.

Pentru ca o credinţă să fie adevărată, trebuie să fie un fapt. Un motiv pentru care aveţi un cuvânt precum “credinţă” este să-l diferenţiaţi de fapt, de adevăr. Observaţi cum ego-ul îşi prezintă convingerile drept fapte. Observaţi că ele sunt doar credinţe, păreri despre ce ar fi adevărat. Dacă ceva nu se poate dovedi a fi adevărat, atunci cel mai bine este să fim conştienţi de asta şi să avem o credinţă lejeră, păstrându-ne o minte deschisă.

Credinţele nu sunt fapte, iar faptele nu sunt credinţe. Adevărul nu este o credinţă. Aşadar, pricepe acest lucru despre credinţele tale, ceea ce sunt cele mai multe dintre gândurile care îţi trec prin minte. Vei găsi foarte puţine fapte în mintea ta. Iar faptele care există acolo pot fi utile în mod practic, dar nu te vor ajuta să ştii cum să-ţi trăieşti viaţa.

Dacă îţi dai seama de adevăr, anume că nu prea ştii nimic, atunci aceste opinii despre viaţă nu sunt o problemă. Le poţi respinge cu uşurinţă şi să te concentrezi pe ceea ce este adevărat în orice moment: ceea ce este just să faci în conformitate cu Inima ta, în conformitate cu forţa care te animă, te trăieşte.

Majoritatea credinţelor tale sunt încercări de a cunoaşte ceva ce nu vei putea cunoaşte niciodată. Nu vei putea niciodată să ştii prea multe, indiferent de cât de mult ţi-ai dori. Acest lucru este frustrant pentru ego. Vrea să ştie şi nu poate. Asta îl face să se simtă vulnerabil, mic, nesigur şi, prin urmare, furios şi nefericit. Faptul că ego-ul nu poate cunoaşte îi creează o mulţime de emoţii, dar aşa este viaţa. Că nu ştii prea multe şi nu vei şti niciodată prea multe despre ce ţi-ai dori să ştii, este un fapt ce trebuie acceptat. Odată ce accepţi acest fapt, nu va trebui să te prefaci că ştii lucruri şi te poţi relaxa şi te poţi bucura de viaţă aşa cum este ea. Te face nefericit tocmai împotrivirea ta la felul în care este viaţa. Observă

cum se opune ego-ul la faptul că nu ştie şi lasă-l s-o facă, în timp ce tu, cel care se trezeşte, te bucuri de această călătorie misterioasă numită viaţă.

Este distractiv să nu ştii! Viaţa este o aventură. A nu şti face viaţa interesantă, în timp ce pretenţia că ştii te face să te înşeli în mare parte din timp, ceea ce nu-i distractiv. Te poţi distra mai mult dacă recunoşti că nu ştii. Responsabilitatea că ai cunoaşte lucruri pe care nu le cunoşti este o povară grea, în timp ce acceptarea propriei ignoranţe este o preafericire. Când admiţi că eşti ignorant, te laşi în seama curentului şi te bucuri cu adevărat de viaţă. Dar ego-ul nu va alege să facă asta. Doar tu, cel care te trezeşti, poţi admite că nu ştii şi să alegi să fii în flux în locul credinţelor urzite de ego.

Să ştii că nu ştii este înţelepciune, pentru că acesta este adevărul. Nu sunt prea multe lucruri pe care le ştii cu adevărat. Admiţând că nu ştii, primeşti acces la înţelepciunea ta înnăscută, care nu vine de la vocea din cap, ci de la „mica voce liniştită dinăuntru” [n.tr. – 1 Regi 19:12]. Înţelepciunea despre cum să-ţi trăieşti viaţa este acolo, ci nu unde te gândeşti tu s-o cauţi. Nu este în mintea, ci în Inima ta, în intuiţie.

Cunoaşterea prin Inimă este o adevărată cunoaştere, dar nu este ca şi cum ai cunoaşte un fapt, deoarece un fapt rămâne adevărat întotdeauna. Inima oferă o cunoaştere adevărată pentru acel moment, dar, posibil, nu şi pentru următorul, şi totuşi este adevărată. Cunoaşterea din Inimă este experimentată ca un impuls de a acţiona sau de a reacţiona într-un anumit fel şi un sentiment că acel impuls este întemeiat.

Aceasta este o cunoaştere în care poţi avea încredere, pentru că nu ţi-e dată de minte, ci de ceva mult mai înţelept aflat dincolo de minte, dincolo de omenesc. Vine de la ceea ce îţi animă viaţa, marea forţă care orchestrează acest întreg dans al vieţii, din care eşti o părticică.

Acea forţă dansează prin tine şi acel dans este cunoaşterea. Este singura cunoaştere de care ai nevoie. Tot ceea ce trebuie să ştii pentru a trăi fiecare moment este deja în posesia ta. Ţi se arată întotdeauna cum să te mişti sau să nu te mişti.

Nu ai avut niciodată nevoie de ipotezele, presupunerile, convingerile sau opiniile minţii tale. Nu te-au ajutat niciodată, ci doar au aglomerat acest moment simplu cu gânduri inutile. Viaţa este mult mai simplă decât pare şi descoperi asta abandonându-ţi pretenţia de a şti. E un

lucru atât de simplu această predare: să nu crezi că ştii atunci când nu ştii. Aşadar, petreceţi ceva timp examinând cât de puţin ştiţi de fapt. Şi apoi petreceţi ceva timp pentru a găsi acest loc al necunoaşterii, unde doar existaţi aici fără niciun gând.

Vă mulţumesc că aţi fost aici. Vă mulţumesc pentru disponibilitatea de a vă trezi. Sunt mereu cu voi.»

Capitolul 25

A DĂRUI

«Astăzi, vreau să vorbesc despre dăruire, care este un subiect vast şi despre care am mai vorbit. Dar vreau să fac câteva precizări, pentru că a dărui este un principiu spiritual foarte important. Sunteţi aici pentru a învăţa să oferiţi, aşa că viaţa vă învaţă acest lucru cu fiecare ocazie.

Trebuie să vi se predea acest lucru, deoarece dăruirea este contrară funcţionării voastre implicite. Nu sunteţi programaţi să oferiţi, ci să acumulaţi, să încercaţi să obţineţi şi să vă temeţi că nu aveţi suficient. La un moment dat în evoluţia umanităţii, poate că această programare egotică a avut o oarecare importanţă pentru supravieţuire. Dar odată ce omenirea a început să trăiască în grupuri sociale mari, această programare a încetat să-i mai servească.

Pentru ca societăţile să funcţioneze şi să înflorească, dăruirea este esenţială. În luarea deciziilor, trebuie luat în considerare ce este mai bine pentru întreg, sau aceste decizii vor fi în cele din urmă în detrimentul vostru şi al societăţii. Societăţile în care majoritatea oamenilor merg pe cont propriu nu prosperă. Acesta este motivul pentru care principiile religioase de bunăvoinţă, bunătate, generozitate, dragoste şi compasiune v-au slujit atât ca indivizi, cât şi ca societate. Astfel de principii trebuie să stea la baza unei societăţi, căci altfel acea societate va avea mari dificultăţi.

În mod ideal, capitalismul înseamnă că cel mai bun serviciu sau produs la cel mai bun preţ câştigă. Capitalismul funcţionează atunci când

oamenii concurează să îmbunătăţească viaţa şi societatea în ansamblu. Capitalismul nu funcţionează atunci când foloseşte îmbogăţirii anumitor persoane în detrimentul altora. Acest lucru se întâmplă deoarece ego-ul vrea să-i înşele pe alţii în propriul interes, indiferent de consecinţe. Apropo, guvernul vostru nu funcţionează normal când pune interesele anumitor persoane sau grupuri deasupra a ceea ce este mai bine pentru toţi. Odată ce acest lucru se va schimba, viaţa oamenilor se va îmbunătăţi substanţial.

Din fericire, majoritatea oamenilor sunt interesaţi să fie de ajutor şi să respecte legea. Vor să ofere şi sunt răsplătiţi pentru că fac acest lucru în mai multe moduri, nu numai prin bani. Dăruirea este propria sa recompensă. Dăruirea este în sine gratificantă şi îţi atrage inevitabil daruri de tot felul de la alţii. A dărui funcţionează. Funcţionează în relaţiile individuale şi funcţionează pentru a crea o societate prosperă. Aşadar, aceasta este o idee importantă: Dăruirea este necesară pentru supravieţuire şi pentru bunăstare.

Deoarece dăruirea este contraintuitivă pentru ego, cei pierduţi în ego sfidează acest adevăr de bază şi încearcă să acţioneze în felul lor: sunt zgârciţi, îi păcălesc şi îi înşeală pe alţii, mint şi îi manipulează pe ceilalţi în diverse feluri pentru a obţine ceea ce doresc, indiferent de efectul asupra celorlalţi şi a societăţii. Ştiţi cu toţii despre ce vorbesc.

Însă acest comportament face viaţa foarte nefericită. Ca să faci asta, trebuie să crezi în penurie, că viaţa ar fi un joc cu sumă zero, unde unii pierd şi alţii câştigă. Dar viaţa poate fi un joc unde toţi câştigă şi trebuie să găseşti modalităţi să se întâmple aşa.

Dacă ceea ce oferi sau produci nu este un câştig pentru alţii, ca şi un câştig pentru tine, atunci este mai bine să reconsideri ceea ce faci. Este posibil ca o mare parte din ceea ce faci să aducă beneficii atât pentru tine, cât şi pentru ceilalţi. Deci, ghidează-te după acest sfat: Oferă în aşa fel încât toată lumea să câştige.

Asta ne conduce la o altă idee importantă: Asigură-te că oferi într-un mod în care câştigi şi tu. Mulţi consideră că a da este un sacrificiu, dar nu trebuie să fie şi nu ar trebui să fie. Dă pentru că vrei să dai, şi asta te va asigura că şi tu câştigi în acest proces.

Acest lucru înseamnă, de obicei, să oferi în moduri care ţi se potrivesc, moduri de care să te bucuri, moduri care îţi folosesc talentele şi

capacităţile tale speciale. De exemplu, dacă nu-ţi place să găteşti, nu te oferi voluntar să faci prăjituri pentru un eveniment caritabil. Lasă asta cuiva care se bucură să gătească. Urmează-ţi mereu plăcerea. Oferă în moduri care îţi fac plăcere şi nu oferi în moduri care nu-ţi aduc bucurie.

Dacă oferi pentru a obţine ceva sau din obligaţie, eşti deja pe teritoriul ego-ului. Adevărata dăruire vine din Inimă, dintr-o adevărată dorinţă de a dărui. Dacă această dorinţă, acest „da” nu există, atunci nu dărui. Fii sigur că există alţii care vor oferi cu plăcere în moduri în care tu nu doreşti s-o faci, pentru că este dharma lor s-o facă. Cu adevărat, viaţa face rost de ce-i nevoie.

Aceasta este o lecţie dificilă pentru mulţi, mai ales pentru femei, care se simt adesea vinovate atunci când spun “nu” unor cereri. Dar ce se întâmplă dacă spui “da” când vrei să spui “nu”? Te simţi supărat, ofensat, secătuit şi, eventual, victimizat. Nu ţi s-a dat să simţi asta şi nu trebuie să simţi aşa! Ai de ales. Alege să fii bun cu tine în felul în care oferi. Învaţă să spui “nu” atunci când nu eşti înclinat să spui “da”.

Una dintre cele mai importante idei pe care vreau să o subliniez este că trebuie să dăruieşti dacă vrei să fii fericit. Dăruirea este intim legată de fericire. Dacă nu eşti fericit, înseamnă că nu dăruieşti suficient. Poate că nu ai găsit modalităţile prin care ai putea oferi în mod natural şi cu plăcere. Poate că nu ştii ce-ar însemna asta. Ce anume îţi dă bucurie şi de ce să nu faci ceea ce te bucură?!

Dacă îţi urmezi bucuria, vei găsi în mod natural modalităţi de a-i sluji pe ceilalţi prin ceea ce te face fericit. Simplul fapt de a te bucura este un serviciu şi pentru ceilalţi. Dar, mai mult decât atât, orice faci cu bucurie poate fi împărtăşit şi cu ceilalţi.

De exemplu, dacă eşti un artist, oferi în mod natural ceea ce creezi, dar ai putea oferi altora şi predându-le ceea ce ai învăţat ca artist, fie în mod informal, fie mai formal într-un grup de studiu. Acelaşi lucru este valabil pentru orice talent sau abilitate pe care o ai. Acea aptitudine sau pricepere este un mijloc natural de a dărui, dar acel har poate fi împărtăşit şi în alte moduri care îmbunătăţesc viaţa oamenilor.

Există întotdeauna oportunităţi de a oferi. Viaţa ţi le aduce la uşă. Poţi profita de aceste ocazii sau nu; depinde de tine. Dar nu lipsesc ocaziile de a oferi. Fii atent când viaţa te invită să dăruieşti, astfel ca toţi cei implicaţi să fie satisfăcuţi. Caută acele situaţii win-win.

Indiferent de talentul şi harul tău, fiecare moment este o ocazie de a oferi: să dai atenţie deplină la ceea ce formează acel moment. Să dai atenţie înseamnă iubire, motiv pentru care dăruirea este o răsplată în sine. Când te pierzi în momentul prezent, dând atenţie la orice ţi-ar apărea în faţă, eşti aliniat cu Sinele tău divin şi cu pacea, dragostea, bucuria, mulţumirea şi recunoştinţa care vin de la el, şi vei deveni o expresie a acestora.

Când eşti prezent la viaţă în acest mod – când dai totală atenţie vieţii – viaţa întotdeauna îţi întoarce iubire, pace, bucurie, mulţumire şi recunoştinţă. Viaţa aşa este structurată să facă. Este configurată să îţi dăruiască atunci când i te dăruieşti. Această dăruire a atenţiei este, de fapt, foarte uşor de făcut, pe lângă faptul că este plină de satisfacţii.

Când faci asta, te simţi plin, întreg, complet. Şi când te simţi aşa, îţi este natural şi uşor să dărui. „Cupa ta e plină” [n.tr. – Psalmi 23:5]. Este plină de iubire şi acea iubire se revarsă peste orice ar aduce următorul moment. În loc să vii dintr-un loc al lipsei şi epuizării, aşa cum face ego-ul, acum ai mai mult decât ai nevoie, iar dragostea şi fericirea ta se revarsă spre ceilalţi.

Această stare împlinită şi completă este foarte plăcută. Când te simţi în acest fel, oamenii te plac, vor să fie în jurul tău şi vor să îţi dăruiască. În acest fel, viaţa ta este îmbunătăţită fără ca nici măcar să încerci să obţii ceva de la cei din jurul tău. Viaţa este mult mai uşoară pentru cineva cu suflet generos.

Pe de altă parte, o stare de lipsă produce contrariul: Oamenii se simt respinşi şi se adâncesc în propriul lor ego din cauza preocupării tale egotice, nevoilor tale, cererilor tale, plângerilor şi temerilor tale. Pe lângă faptul că este o stare nefericită, starea egotică de conştiinţă este şi neatractivă. Respinge, în loc să atragă. Profită de alţii, îi stresează şi îi vampirizează, în loc să dăruiască, şi asta e problema.

Există o lege naturală conform căreia vei primi pe măsură ce dai. Viaţa este generoasă cu cei care dăruiesc. Deoarece intenţia vieţii este de a te învăţa să dăruieşti, viaţa răsplăteşte mărinimia. Din acelaşi motiv, viaţa nu este generoasă cu cei care nu dăruiesc. Nu eşti răsplătit lăuntric de sentimente bune sau exterior de către alţii atunci când eşti obsedat de sine şi egocentric, pentru că nu trebuie ca această stare egoistă să te

satisfacă. Starea egotică de conştiinţă este un loc al nefericirii şi trebuie să-ţi găseşti calea către fericire. Iar calea este dăruirea.

A dărui în măsuri mici este la fel de bine ca a dărui în măsuri mari sau în aspecte materiale. Ideea este să dăruieşti cât mai des. Oferă un zâmbet celorlalţi, mângâie-ţi câinele, apreciază pasărea care îşi cântă cântecul, arată-ţi curiozitatea faţă de melcul care îţi traversează calea, ascultă pe cineva care are nevoie de atenţie, aruncă o privire spre cer, ai grijă cum îţi alegi mâncarea. Observă viaţa care se petrece în jurul tău şi dăruieşte dragoste şi recunoştinţă tuturor. Acordă atenţie vieţii. Oferă-ţi dragostea şi aprecierea vieţii. Asta te va face fericit.

Acest tip simplu de dăruire este la fel de important ca orice alt tip de dăruire. Este atât de simplu să dăruieşti, într-adevăr, şi fiecare clipă este o ocazie de a oferi în acest fel. Încearcă asta. Găseşte mai multe feluri de a oferi şi descoperă singur puterea acestui lucru.

Vă mulţumesc că aţi fost aici. Vă mulţumesc că mi-aţi permis să vă dăruiesc. Este plăcerea mea. Sunt mereu cu voi.»

Capitolul 26

EDUCAŢIA SUFLETULUI

«Am vorbit de multe ori despre faptul că viaţa pe Pământ este o şcoală, şi aşa este. Astăzi, voi vorbi un pic mai mult despre acest lucru, pentru că este important să ştiţi, în adâncul vostru, că viaţa este cel mai mare profesor şi că vă învaţă cu înţelepciune şi compasiune. Acesta este adevărul şi cunoaşterea acestui lucru vă va ajuta. Vă va ajuta să fiţi pe pace, vă va ajuta să fiţi mai iubitori, vă va ajuta să nu mai suferiţi şi va face mai probabil că veţi învăţa ceea ce trebuie să învăţaţi şi să vă îndepliniţi scopul vieţii.

Dacă eşti Dumnezeu, şi eşti, ar putea părea contradictoriu să spunem că viaţa este o şcoală. O şcoală pentru cine? Are nevoie Dumnezeu să meargă la şcoală?! Viaţa este o şcoală pentru suflet. Deci, acum va trebui să definesc ce înţeleg prin „suflet”.

Sufletul este aspectul lui Dumnezeu care se întrupează viaţă după viaţă în cea de-a treia dimensiune, care este dimensiunea fizică, şi apoi continuă să trăiască sub formă de sământă-nucleu după ce sufletul absolvă şcoala dimensiunii fizice. Deşi învăţarea are loc şi în dimensiuni mai înalte, în special dimensiunea fizică este o şcoală pentru suflet. Dimensiunea fizică oferă pregătirea de bază pentru suflet. Este locul în care sufletul capătă educaţie şi devine suficient de antrenat pentru a putea participa la ierarhia superioară, care este concepută pentru a servi întregii creaţii.

Spre deosebire de dimensiunile superioare, a treia dimensiune nu este destinată slujirii, deşi slujirea se întâmplă în mod natural, mai ales în ultimele tale vieţi. Scopul dimensiunii fizice este de a oferi lecţiile de care ai nevoie pentru a te întoarce la iubire. Când sufletul se separă sau se desprinde din Dumnezeu, trebuie să înveţe anumite elemente de bază care îl întorc la Dumnezeu, iar acestea se învaţă în a treia dimensiune. Înveţi elementele de bază ale iubirii, pentru ca, ulterior, să poţi sluji în dimensiunile superioare.

Iubirea se învaţă în a treia dimensiune, experimentând mai întâi absenţa iubirii. Ca suflet tânăr, nu cunoşti iubirea; trebuie învăţată. Când eşti un suflet nou-născut, te temi şi ştii puţine despre dragoste. Dragostea trebuie învăţată de la cei din jurul tău. Ai putea întreba: „Dar de ce?" şi n-aş putea răspunde decât că aşa stau lucrurile.

Misiunea tuturor vieţilor tale este să înveţi adevărul – anume că iubirea predomină în univers şi nimic altceva nu stă la baza vieţii decât iubirea. Durează eoni de timp ca majoritatea sufletelor să descopere acest lucru şi să înveţe să trăiască în dragoste şi în recunoaşterea unităţii cu tot ce există. Sufletul trebuie să înveţe falsitatea fricii şi înţelepciunea vieţii, că viaţa urmăreşte întotdeauna interese tale supreme în ceea ce te învaţă şi cum te învaţă. Viaţa te învaţă întotdeauna ceva şi o face într-un mod înţelept.

Cum aş putea să te conving de acest lucru? Îţi pot doar spune că e adevărat şi trebuie să îţi dai seama singur. Trebuie să ajungi să ştii acest lucru foarte ferm şi indubitabil, ceea ce se întâmplă la sfârşitul încarnărilor în a treia dimensiune. Totul şi oricine este o lecţie. Dar ca să înţelegi ce vreau să spun prin asta, trebuie să clarific câteva lucruri.

În primul rând, de obicei, nu vei şti ce te învaţă viaţa. Şi, important, nici nu trebuie s-o ştii cu mintea. Sufletul tău ştie, iar lecţia sau lecţiile, deoarece de multe ori înveţi multe lucruri simultan, sunt înregistrate acolo. În profunzimea tale, ştii bine ce înveţi. Dar, frumuseţea vieţii este că nu e nevoie să ştii ce te învaţă viaţa ca să înveţi ceea ce trebuie. Nici măcar nu trebuie să-ţi dai seama că ai învăţat ceva.

Deci, te poţi relaxa şi e suficient să ştii că înveţi ceea ce trebuie să înveţi – pentru că învăţarea este inevitabilă. Uneori ar fi posibil să ajungi la o concluzie greşită ca urmare a unei experienţe şi să începi să-ţi spui o poveste neadevărată. Dar, chiar şi asta va fi depăşită, în cele din urmă, în această viaţă sau alta, pentru că este dureros să crezi ceva neadevărat, iar această suferinţă te va determina până la urmă să abandonezi acea poveste, acea credinţă.

Nu te grăbi să afli ce trebuie să înveţi. Sufletul nu se grăbeşte să-şi înveţe lecţiile. Are experienţe utile. Ai putea privi în acest fel: Există un număr infinit de moduri în care poţi învăţa ceea ce trebuie să înveţi şi poţi alege. Dacă mergi pe o cale, este în regulă. Dacă alegi alta, iar este în regulă. Indiferent de calea pe care o alegi, vei învăţa ceva din ea. Singura diferenţă este că unele căi vor fi mai uşoare şi mai puţin dureroase decât altele pentru tine, ca fiinţă umană.

Sufletul nu este preocupat în mod special de uşurinţa sau dificultatea cu care înveţi. Nu are opinii în acest sens. Ego-ul tău are judecăţi despre experienţele sale, dar sufletul tău nu are. Sufletul tău este la fel de împăcat cu orice experienţă, deoarece are încredere că viaţa te va aduce acasă indiferent de calea pe care o iei. Suferinţa în viaţă este ca o cârmă: Te îndepărtează de mai multă durere către mai multă uşurinţă. Suferinţa este un învăţător de încredere, care îi aduce pe toţi acasă la timp.

Suferinţa nu este o pedeapsă. Nu este un semn că eşti rău sau că ai greşit. Este mai mult ca un indicator de pe şosea care îţi spune pe ce drum s-o iei. Ca un indicator rutier, suferinţa este neutră; nu are nimic personal. Cu toate acestea, ego-ul spune o poveste despre suferinţa ta care o face să însemne ceva despre tine personal: „Sunt prost că am făcut această alegere.” „Mi se întâmplă întotdeauna lucruri rele”. „Niciodată nu voi înţelege.” „Nu voi fi niciodată suficient de bun. ” Ego-ul produce

suferinţa personală. Acest lucru nu face decât să adune mai multă suferinţă peste suferinţă.

Ce dilemă! Dar tocmai aceasta este lecţia, nu-i aşa? Lecţia este să vezi că iei viaţa la modul personal, pe când suferinţa doar îţi spune să o iei pe altă rută dacă vrei să fii fericit şi să te întorci acasă la iubire.

Ce-ar fi să vezi pe toată lumea şi totul ca pe o învăţătură?! Nu sunt primul care spune acest lucru, dar asta îţi sugerez. Eşti aici pentru a învăţa, iar viaţa este învăţătoarea. Este înţeleaptă. Are un proiect. Nu este capricioasă, accidentală sau crudă. Viaţa este inteligentă. Este însăşi Inteligenţa.

Viaţa este Dumnezeu manifestat, Dumnezeu acţionând prin forme asupra formei. Dumnezeu jucând toate rolurile, nu doar unele, ci toate rolurile. Meditează la asta un moment. Dumnezeu nu lipseşte din nicio formă, ci îşi joacă perfect rolul prin orice formă.

Acum crezi că eşti cineva separat de Dumnezeu şi Dumnezeu te lasă să joci rolul ăsta. Dumnezeu îţi permite să te prefaci că nu eşti Dumnezeu, doar pentru distracţie, pentru aventură, pentru surpriză – pentru a vedea ce vei face.

Şi orice faci este în regulă pentru Dumnezeu. Spre deosebire de Dumnezeul religiilor voastre, Dumnezeu, inteligenţa supremă din spatele întregii vieţi, nu are preferinţe şi nici judecăţi. Şi de ce ar avea Dumnezeu o preferinţă sau o judecată atunci când Dumnezeu se găseşte în spatele tuturor, fie acţionând decisiv în cadrul creaţiei, fie permiţând acelei creaţii să ia propriile sale decizii?

Dacă Dumnezeu ar avea o anumită preferinţă despre ce ai putea alege, Dumnezeu, pur şi simplu, nu ţi-ar permite s-o faci şi, uneori, acest lucru chiar se întâmplă. Uneori, Dumnezeu îţi domină liberul-arbitru şi spune: „Nu, să nu mergem în acea direcţie, ci în alta. E o variantă mai bună pentru tine.” Ideea ta că Dumnezeu stă pe un tron în ceruri şi te priveşte, te evaluează şi te judecă este o idee copilărească despre Dumnezeu, provenind din relaţia copil-părinte.

Dumnezeu nu este capabil să judece, pentru că Dumnezeu este capabil doar de iubire. Singurul capabil să judece este ego-ul. Deci, în aparenţă, fiindcă Dumnezeu a creat ego-ul, înseamnă că Dumnezeu a dorit să aibă experienţa de a acţiona separat de iubire, doar pentru a

vedea cum este treaba asta. Dumnezeu chiar iubeşte ego-ul! Chiar şi ego-ul serveşte planului lui Dumnezeu.

Nu vine nicio judecată de la Dumnezeu sau de la vreo fiinţă din dimensiunile superioare care lucrează în numele lui Dumnezeu, cum suntem Noi, ci numai iubire: iubire pentru tine, iubire de viaţă, iubirea întregii creaţii. Este imposibil ca Dumnezeu să aibă altceva decât iubire. Răul este posibil doar pentru că Dumnezeu îl permite, pentru ca să aibă acea experienţă: Cum te simţi când pierzi legătura cu iubirea atât de complet, încât să fii dispus să-ţi faci rău singur, să faci rău creaţiei tale?!

Această a treia dimensiune este un gen de experiment în care Dumnezeu permite experienţa de a fi separat de iubire pentru a învăţa iubirea, căci cum ar putea iubirea să fie cu adevărat cunoscută şi preţuită fără a-i cunoaşte opusul sau absenţa ei? În această dimensiune se învaţă prin contrarii şi acest lucru nu-i mai puţin adevărat despre iubire. Deci, asta se întâmplă pe acest teren de antrenament.

Totuşi, această durere, suferinţă şi lovire a semenului nu sunt trăite în dimensiunile mai înalte. Deci, ar fi o greşeală să trageţi concluzii despre Dumnezeu şi restul dimensiunilor creaţiei doar pe baza experienţei voastre relativ reduse din a treia dimensiune. Cu siguranţă, aici este o atmosferă densă, dar trăiţi aici doar pentru o perioadă relativ scurtă din întreaga existenţă de suflet.

Vă rog să vă amintiţi că totul şi toţi vă învaţă ceva. În acest sens, se poate spune că totul este bun. Totul slujeşte vieţii, totul slujeşte creaţiei, totul slujeşte lui Dumnezeu.

Vă mulţumesc că aţi fost cu mine. Vă mulţumesc pentru dorinţa de a afla adevărul. Sunt mereu cu voi.»

Capitolul 27

UN MESAJ CU CARE SĂ RĂMÂNEŢI

«Eu sunt mereu în Inimile voastre. Dacă e ceva ce îmi doresc să vă rămână, acela este să cunoaşteţi realitatea atotprezentă a iubirii, căci

iubirea este cel mai mare cadou dintre toate. Eu nu sunt decât una din manifestările iubirii, dar şi voi sunteţi această iubire în egală măsură, la fel ca oricine şi orice altceva. O spun cât se poate de clar. Iubirea este tot ceea ce există şi, totuşi, ea rămâne un mister profund.

Dragostea stă la baza întregii vieţi şi sper să vă fi clarificat acest lucru la modul concret prin prezenţa şi cuvintele mele. Este cea mai profundă dorinţă a mea să cunoaşteţi dragostea pe care o avem pentru voi şi dragostea pe care Creatorul o are pentru voi. Acesta e Adevărul. Este adevărul cel mai adânc, cel mai profund şi, totuşi, este un adevăr foarte simplu, deoarece iubirea este foarte simplă.

Iubirea este temelia întregii vieţi. Deja o cunoaşteţi. Se află deja în inima voastră. Trebuie doar să-i daţi atenţie. Sper că am reuşit să vă învăţ asta. Vă rog să continuaţi să mă chemaţi când aveţi nevoie de dragoste, sprijin sau înţelepciune, şi le veţi primi. Vă stau la dispoziţie. Eu sunt această iubire şi voi sunteţi această iubire. Pace tuturor!»

POSTFAŢĂ

Despre cărţile transmise de Isus prin channeling

Mulţi sunt curioşi cum am scris prin channelling cărţile transmise de Isus, aşa că voi spune câte ceva despre asta. Primesc de la Isus cărţile în acelaşi mod în care Helen Schucman a primit “Un curs în miracole”, despre care se spune că ar fi fost dictată tot de Isus. Mulţi alţii au primit scrierile lor în acest fel, printre care Sf. Tereza din Avila, Sf. Hildegard de Bingen, Richard Bach şi Neale Donald Walsch. Această metodă de primire a informaţiilor se numeşte channelling conştient. Procesul constă în a auzi cuvintele mental şi a le scrie în timp ce le auzi, fără niciun alt gând. Pot primi acest tip de comunicare oriunde. Nu trebuie să fiu într-o stare meditativă sau în transă. Tot ce trebuie este să nu gândesc.

Când primesc această dictare, este ca şi cum Isus ar sta pe un scaun lângă mine rostind cuvintele, numai că acele cuvinte sunt auzite mental. Pot să pun întrebări în timpul acestui dicteu şi să primesc răspunsuri, dar

procesul funcţionează cel mai bine atunci când mintea mea nu se amestecă. Atunci, fluxul inspiraţiei curge lin, rapid şi fără întrerupere, până când se ajunge la un punct de oprire. Când scriu o carte, de obicei scriu 700-1500 de cuvinte în fiecare dimineaţă şi apoi le revizuiesc mai târziu în aceeaşi zi, adăugând punctuaţia şi alineatele necesare. Textul necesită doar foarte puţină editare şi nici nu schimb ceva în organizarea cărţii. Cărţile îmi sunt date fără ca eu să ştiu ce va include cartea, deşi mi se oferă un sumar.

Să scrii în acest fel seamănă puţin cu a conduce autovehiculul neştiind unde mergi, prin faptul că nu ştiu ce urmează, deşi aş putea intui. Trebuie să am o încredere constantă că fragmentele se vor îmbina bine, ceea ce se întâmplă întotdeauna. Nu aş fi putut scrie aceste cărţi de una singură. Cărţile acestea sunt profesorii mei şi mă simt privilegiată să le împărtăşesc cu voi.

Mulţi se mai întreabă cum de am ajuns să fiu un channel pentru Isus, aşa că vă voi destăinui şi asta. Nu am cerut şi nici nu mi-am dorit neapărat să fiu un channel pentru Isus şi nu aveam nicio idee că munca mea va lua această întorsătură. Viaţa este plină de surprize! Totuşi, în 2012, am suferit o transformare spirituală profundă şi am devenit conştientă de o legătură profundă cu linia creştină de-a lungul multor vieţi anterioare. În acel an, în toamnă, mi s-a arătat Maica Domnului. Am văzut-o şi am vorbit cu ea. Ea mi-a spus că ar dori ca eu să scriu o cărticică pentru ea şi că va veni şi Isus în curând.

Ulterior, am început să am experienţe lăuntrice cu Maica Domnului, Isus şi un grup de alţi douăzeci şi şase de Maeştri Ascensionaţi, pe care îi vedeam cu ochii minţii şi îmi vorbeau în cuvinte pe care le auzeam clar în minte. Motivul pentru care au apărut la acel moment este că atinsesem un punct în evoluţie şi în viaţă când puteam lucra mai strâns cu ei. Iată câteva dintre experienţele lăuntrice pe care le-am avut în 2013 cu Maica Domnului şi Isus, pe care le-am înregistrat în jurnalul meu spiritual:

„Faţa lui Isus s-a materializat pentru doar câteva secunde şi a început să vorbească cu mine. Am văzut asta cu ochii minţii şi i-am auzit cuvintele în cap. Isus spunea că el şi diverşi Maeştri Ascensionaţi erau în spatele activităţii mele şi că mă pregătisem pentru acest rol de channel timp de eoni. El spunea că, prin cuvintele pe care eu şi alţii le scriu, ei

vindecă lumea şi că cuvintele au multă putere astăzi, deoarece pot ajunge la atâţia oameni. Când vorbea Isus, simţeam cât de mare este el ca fiinţă spirituală. Este unul dintre principalii paznici ai acestei planete. El mi-a explicat că este accesibil tuturor celor care îi sunt dedicaţi şi oricui îl cheamă."

Cu altă ocazie, am înregistrat acest lucru: „Am simţit şi am văzut cu ochii minţii un cerc de fiinţe în jurul meu, care erau Maeştri Ascensionaţi. Păreau un cerc de fiinţe de lumină. Deşi nu aveau figuri clare, adunarea era pătrunsă de un sentiment de veneraţie şi sfinţenie.

Îmi transmiteau intuitiv un sentiment de sărbătoare, ca de ziua mea de naştere. Era o flacără deasupra fiecăruia dintre capetele lor şi deasupra mea, în timp ce stăteam în centrul cercului. Scena arăta puţin ca un tort aniversar şi mă întrebam dacă lumânările de pe tort simbolizau o nouă naştere sau o nouă fază, căci aşa mi se părea. Mi s-a spus că era o iniţiere. După câteva clipe, au început să plece pe rând şi a rămas doar unul. Era Isus. El a spus: *«Bine ai venit, iubitul meu copil»* şi şi-a întins braţele. *«Acum faci parte din acest cerc. Ai ajuns la destinaţie. Vom fi mereu cu tine. Vei primi instruire în curând.»*

Mi s-a explicat mai târziu că pregătirea despre care vorbea Isus se referea la faptul că voi deveni un instrument al învăţăturilor sale şi un transmiţător la Conştiinţei Cristice şi că această pregătire se va întâmpla în timp ce dorm şi în alte ocazii.

Şi într-o altă zi, iată ce am scris: „În meditaţie, am simţit imboldul să o chem pe Fecioara Maria. Mi-a apărut şi mi-a spus: *«Preafericito, am o binecuvântare pentru tine şi un trandafir»*. Am văzut apoi cu ochii minţii cum mi-a înmânat un trandafir roşu. *«Trandafirul este un simbol al iubirii şi al legăturii cu totul şi cu mine. Când vezi un trandafir, gândeşte-te la mine»*, a spus. Binecuvântarea pe care mi-a dat-o am simţit-o ca pe o melasă, curgând încet pe corp din cap până în picioare. "

Ulterior, am aflat de la un erudit religios că trandafirul în creştinism este ca lotusul în hinduism şi că Fecioara Maria este adesea văzută cu trandafiri. Trandafirii au făcut parte din minunea săvârşită de Fecioara din Guadalupe, iar Maica Domnului Maria este adesea înfăţişată cu trandafiri la picioare. În plus, adesea este desenat un trandafir în centrul crucii. Cu altă ocazie, Fecioara Maria mi-a pus o coroană de trandafiri pe cap, m-a numit copilul ei şi a spus că va fi prezentă pentru a mă saluta şi

a mă îmbrăţişa la sfârşitul vieţii mele terestre. M-am simţit ca în cer şi parcă o ştiam dintotdeauna.

Se simte o puritate deosebită în prezenţa acestor fiinţe şi în comunicările lor. Sunt iubitoare, îngăduitoare şi ne respectă foarte mult liberul-arbitru. Le văd interior, le simt energiile şi le aud vocile distincte. Sunt channel din 1986, aşa că am experienţă cu diferitele fiinţe din alte dimensiuni, inclusiv cele false, despre care am vorbit în interviul meu de pe batgap.com, pe care îl puteţi asculta pe site-ul meu.

Când am început să lucrez pentru prima dată cu Isus, l-am întrebat dacă ar trebui să-l menţionez ca autor, fiind oarecum îngrijorată de ce ar putea crede lumea când pretind asta. El a spus că sunt liberă să nu fac aceste cărţi, dar dacă le fac, el vrea ca oamenii să ştie că acestea sunt cuvintele lui. El dorea ca oamenii să aibă o experienţă directă şi personală cu el. Văd acum că, scriind aceste cărţi din partea lui, au o putere mai mare decât dacă le-aş fi semnat eu.

M-a preocupat nu doar aparenta ostentaţie de a-l pretinde pe Isus ca autor al acestor cărţi, ci şi de asociaţiile negative pe care mulţi oameni „spirituali, dar nu religioşi”, le fac cu creştinismul şi cu religia, în general, referitor la accentul pus pe vinovăţie, frică şi judecată. Dar tocmai aceste distorsiuni ale învăţăturii sale şi rănile pe care le-au provocat doreşte Isus acum să corecteze şi să vindece prin cărţile pe care le scriem împreună.

Sunt atât de fericită să vă împărtăşesc cuvintele sale. Aceste cărţi mi-au fost profesori şi mă simt smerită şi binecuvântată că sunt slujitoarea lor. Aşa mă simt oricum. Scrierea acestor cărţi a fost o „alegere fără alegere”.

O altă întrebare care mi se pune adesea este: „De unde ştii că este Isus?” Ar putea părea scandalos să pretind că îl canalizez pe Isus, deoarece el este o figură atât de proeminentă a acestei lumi, dar Isus este în contact cu mulţi, mulţi oameni, deşi nu chiar atât de mulţi pot şi vorbi cu el. El mi-a spus că este accesibil pentru oricine îi este devotat lui şi mesajului său. El este foarte legat de oameni şi de transformarea conştiinţei pe această planetă, împreună cu mulţi alţi Maeştri Ascensionaţi.

Iată o altă idee care vi s-ar putea părea interesantă. Entităţile astrale inferioare care se joacă cu unii mediumi o fac pentru a obţine putere pe

tărâmul lor, spunând oamenilor ce să facă. Sunt nişte escroace şi se pot preface că sunt fiinţe superioare, cum ar fi Isus sau Buddha, dar interacţiunea cu ele nu va aduce nimic de valoare.

Pe de altă parte, entităţi superioare, precum Isus şi fiinţa pe care am fost canalizat-o timp de douăzeci şi trei de ani înainte de Isus, care s-a retras cu graţie în 2012, operează conform legilor şi regulilor superioare. Ele nu pot să se prezinte cu alt nume şi niciodată nu fac rău, nu manipulează, nu le comandă oamenilor ce să facă şi rareori oferă informaţii personale despre viitor. Ele învaţă şi vindecă şi lucrează prin mediumi pentru a învăţa şi vindeca. Oferă ajutor şi dragoste, dar nu te manipulează niciodată şi nu îţi măresc ego-ul.

Entităţile inferioare, pur şi simplu, nu ar putea şi nici nu ar scrie o carte cum sunt cele transmise prin mine, deşi ar putea repeta câteva fraze din înţelepciunea perenă pe care le-au cules de ici, de colo, dacă asta le-ar ajuta la înşelăciune. Nu ar fi distractiv să scrie o carte şi este un proiect prea lung pentru ele. Dar, cel mai important, nu sunt suficient de înţelepte pentru a o face. Deci, când se transmite o carte întreagă, plină de înţelepciune de la început până la sfârşit, şi se spune că este de la Isus, atunci chiar este Isus, pentru că cei capabili de o astfel de înţelepciune nu şi-ar falsifica identitatea: „După roadele lor, îi veţi cunoaşte".

Ca o digresiune, orice diferenţe în numeroasele cărţi venite de la Isus se datorează, probabil, diferenţelor între educaţia şi vocabularul mediumilor respectivi. Mediumii sunt instrumente, iar aceste instrumente influenţează ceea ce trece prin ele şi cât de clar.

Plină de fericire şi recunoştinţă, împărtăşesc cu voi aceste cuvinte de la Isus şi relaţia mea cu el, pentru că aceasta m-a îmbogăţit foarte mult şi sper că vă va îmbogăţi şi pe voi. Deci, iată-le! Cărţile dictate de Isus până în 2018 sunt "The Jesus Trilogy", "A Heroic Life", "All Grace", "In the World but Not of It", şi o serie de cărţi audio numite "Jesus Speaking".

DESPRE AUTOR

GINA LAKE este o învăţătoare spirituală nondualistă şi autoarea a peste douăzeci de cărţi despre trezirea la adevărata natură. Ea este, de asemenea, un medium şi senzitiv talentat, cu un master în Consiliere psihologică şi o experienţă de peste douăzeci şi cinci de ani în sprijinirea oamenii în evoluţia lor spirituală. În 2012, Isus a început să dicteze cărţi prin intermediul ei. Aceste învăţături de la Isus se bazează pe adevărul universal, nu pe vreo religie. Site-ul ei oferă informaţii despre cărţile sale şi cursul online, un ebook gratuit, un blog şi înregistrări audio şi video:

www.RadicalHappiness.com